SOLITUDE
OF ALANNA
HACIA LO
SALVAJE
LA SENDA ESPIRITUAL
DEL TERRITORIO

SOLITUDE OF ALANNA

HACIA LO SALVAJE

LA SENDA ESPIRITUAL DEL TERRITORIO

A todos los maestros que han marcado mi senda.
A mis compañeros de camino,
que con su sabiduría y maravillosa amistad
han guiado, inspirado y apoyado esta obra.

-1-
HACIA LO SALVAJE

A lo largo de mi camino espiritual me he encontrado con muchos obstáculos y retos, pero me aventuro a decir que el mayor de todos ha sido el formar parte de una cultura desconectada del entorno natural. Como personas que hemos crecido en sociedad, es inevitable que estemos impregnadas de los sesgos, creencias y tabúes de la misma sin ser muchas veces conscientes de ello, y esto es algo de lo que tampoco los practicantes de sendas espirituales ligadas a la naturaleza nos libramos. Afectan a todos los aspectos de nuestra vida, incluida nuestra concepción espiritual y nuestra relación con la naturaleza, y muchos de estos sesgos suponen actualmente un serio conflicto para el entorno.

Sin embargo, si bien partimos de ahí, no estamos condenados a perpetuarlos para siempre: tenemos la capacidad de discernir, de idear una realidad mejor, evolucionar hacia ella y ser aquellos que promovamos el cambio. Para ello, quiero comenzar este libro con una breve reflexión que me hizo plantear hasta qué punto nuestra práctica espiritual está influenciada por sesgos culturales que no nos permiten ser consecuentes con nuestra ética y creencias más profundas. Una reflexión que me hizo preguntarme: «¿Estoy en el camino que quiero estar? ¿Conozco en realidad algo de la naturaleza?».

Abriendo esta reflexión, uno de los principales problemas que tenemos en las sociedades occidentales hoy en día es la enorme instrumentalización que llevamos a cabo del entorno natural. Esta es una práctica que no solo se sustenta en el distanciamiento de la obtención directa de nuestros recursos, sino que encaja desde aún más atrás en un sustrato cultural judeocristiano que parte de que la naturaleza fue creada para el uso y servicio del ser humano. Al poner al hombre como centro de la creación y hacerlo jerárquicamente superior e independiente del resto, el resultado es el mismo que ya hemos visto repetidamente a lo largo de toda la historia: la falta de empatía que lleva a considerar que el colectivo tenido por inferior no es persona, no siente, no tiene inquietudes propias o ni siquiera tiene alma, lo que permite y justifica el abuso. La voracidad del consumismo hoy en día dispara la explotación del medio a niveles insostenibles, haciéndonos creer que todo es adquirible con dinero, todo está para servirnos y todo es descartable cuando nos aburrimos de ello. Esto es algo que, tristemente, también se puede ver en corrientes espirituales y esotéricas occidentales modernas que por otro lado se inspiran en la naturaleza, y es necesario traer el tema sobre la mesa para formar una comunidad en la que podamos hallar respaldo e impulsar un prisma más respetuoso.

Otro sesgo cultural muy común que puede limitar nuestra senda espiritual y nuestra relación con el medio natural es el proceso de demonización que han sufrido algunos de sus elementos. La demonización es la proyección de los miedos y las frustraciones de la comunidad en algo externo para evitar asumir su propia responsabilidad sobre ello. Es, sobre todo, una enorme herramienta de manipulación: el uso del miedo inculcado en lo más profundo de cada individuo para controlar las acciones de toda la comunidad, pues al fin y al cabo, nadie quiere acercarse, conocer o abogar por aquello a lo que se hace responsable del mal. Es por ese motivo que lo que demonizamos contiene muchas veces en sí mismo algo que aquellos que ejercen el poder no quieren que veamos, porque supondría un desafío al orden establecido; no por nada el árbol prohibido del Edén era el del conocimiento del bien y el mal, del cual no se debía comer por miedo a la muerte.

El entorno natural no está libre de demonización: todo aquello que se negó a ser despojado de su esencia salvaje, todo lo no domesticable (y que, por lo tanto, podía hacer que los demás se negaran a ser domesticados), fue desprovisto de la cara amable de su dualidad: los espíritus naturales y dioses paganos se tornaron en horribles demonios para dirigir a la población hacia la nueva religión, las plantas tóxicas y enteógenas, valiosísimas en la medicina y la espiritualidad

popular, se volvieron venenos y ungüentos infames. Los muertos, espíritus que propiciaban la fertilidad de la tierra, se convirtieron en ánimas del purgatorio castigadas por sus pecados o en simples ilusiones fantásticas para que encajaran en la lógica del dogma establecido. Es evidente que aunque la pátina religiosa se haya desvanecido considerablemente, las creencias y los tabúes producidos por la demonización de estos y muchos otros elementos siguen presentes en nuestra sociedad. De hecho, esta demonización no tiene por qué provenir de una élite religiosa, ni tampoco de muchos siglos atrás: el racionalismo actual demoniza el pensamiento mágico, relegando lo espiritual a la credulidad, la estupidez o la incultura y estigmatizando otras formas de ver, comprender y relacionarse con el mundo que nos rodea.

Esto liga también directamente con el tabú de la muerte, que en la sociedad occidental es tan temida como silenciada. No queremos verla ni queremos sentirla cerca, hasta un punto de desvinculación en el que hemos dejado de ser conscientes de que la muerte nos da la vida y de que cada día en que existimos contribuimos a ella. No por nada muchas deidades agrarias de la antigüedad como Perséfone o Saturno eran también divinidades del más allá, y es que la muerte es la gran proveedora, la que todo lo da y todo lo quita. Sin embargo, hoy se busca mirar siempre hacia la luz y el positivismo, y todo lo que remita a la muerte y los muertos, a la destrucción y a la parte más oscura de la dualidad, que al fin y al cabo es la base inevitable que sustenta que esa luz pueda existir, sigue siendo temido e invisibilizado.

En contraposición al miedo y la demonización, otro sesgo muy común causado por el distanciamiento del entorno natural es la idealización e infantilización de la naturaleza. Tan solo hay que ver la evolución de la concepción de los seres feéricos a lo largo de la historia conforme nos separábamos del entorno silvestre: pasaron de ser espíritus del territorio de los cuales dependía la supervivencia de la comunidad a hadas y duendes graciosos e inofensivos. En el momento en que ya no estamos a su merced y no interactuamos con ellos en nuestro día a día, olvidamos su poder y la naturaleza nos parece un lugar bucólico y amable. Por supuesto, tiene una cara amable: una que provee, que nos enseña y que nos permite vivir. Más amable es aún considerando que le hemos limado las garras, eliminando a nuestros posibles depredadores y arrancando de nuestro entorno sus venenos. Y aún con esas, la naturaleza sigue siendo también implacable y oscura, como demanda el equilibrio de la existencia, y deberemos tener esto muy presente en el momento en que deseemos regresar a ella física y espiritualmente.

Todas estas reflexiones a lo largo de mis años como pagana y practicante del

Arte son las que poco a poco han impulsado mi práctica hacia una que hoy siento más madura, sostenible y acorde a mis principios. Por supuesto, jamás diré que dicha evolución ha llegado a su fin, y espero seguir en este proceso de transmutación y cambio el resto de mi vida, buscando siempre la forma de mejorar. Es nacido de mi propia senda y como parte de mi trabajo con el territorio que ofrezco este libro con la esperanza de que proporcione un apoyo a aquellos que transitan o deseen transitar la suya propia también, contribuyendo a una relación más sana, respetuosa y equitativa con el entorno y con la naturaleza que lo compone.

Para emprender este camino, necesitaremos quitarnos la ropa y la piel, impregnada de todos nuestros sesgos y tabúes. Deberemos correr hacia lo salvaje, hacia las entrañas del bosque y las profundidades del mar, allí donde no ha llegado la mano civilizadora del hombre y los espíritus moran, oscuros y agrestes. Solo entre ellos aprenderemos su lengua, comprenderemos sus misterios y hallaremos la forma de recuperar nuestro lugar a su lado. Solo siendo un poco más tierra, viento y animal, y un poco menos humanos.

Cuando regresemos de este viaje quizá comprendamos que aquella piel que dejamos al comienzo se nos ha quedado pequeña, pero ya no nos hace falta. Habremos formado una nueva, una que nos permita tomar nuestra forma humana cuando volvamos a casa, pero también albergar en ella a todos los espíritus que están a nuestro lado. Una piel compartida, una piel con mil formas y una piel que nos recordará siempre que somos territorio.

Redescubriendo el territorio

Para acortar la distancia que nos separa de la naturaleza es necesario el regreso a ella no solo desde el conocimiento teórico, sino desde la propia experiencia. Una experiencia que parte de reconocer de nuevo al territorio que nos rodea y a sus espíritus su legítima condición de seres de pleno derecho, con sus propias dinámicas y motivaciones y, sobre todo, con la capacidad de influir profundamente en nuestras propias vidas.

Esta concepción del entorno era evidente para aquellos que antaño habitaban y tejían sus actividades diarias alrededor del medio natural, e iba acompañada de un amplio conocimiento físico y espiritual del mismo. Recuperar esta perspectiva animista en la actualidad no solo nos permitirá conocer mejor el mundo natural

físico, sino también disolver de nuevo la división entre la realidad tangible y la intangible y devolver a la naturaleza su tan denostada e invisibilizada dimensión espiritual, plural y completa en sí misma, y a nosotros nuestro lugar como parte de ella.

Es inevitable, entonces, partir de la comprensión del término *territorio* tal y como lo utilizamos en este libro. El territorio no solo se limita a designar un área geográfica, sino también a todo aquello que forma ese entorno a nivel físico, histórico y espiritual. El territorio es el suelo que pisamos y el medio que nos rodea en nuestro día a día, el lugar que nos es familiar o al que estamos ligados por infinitos posibles motivos: vivienda, trabajo, cultura, ancestralidad... El territorio no solo es tierra; es cada animal, planta, espíritu, roca y persona que habita en él. Es todas las tradiciones, las canciones y las costumbres que sus habitantes humanos tejieron en íntima relación con el medio durante siglos, cada leyenda, mito y creencia ligada a algún elemento del entorno. El territorio es también cada suceso que ha marcado su devenir: incendios, cambios en el clima, migraciones, guerras y agricultura y, por supuesto, es todo lo que no conocemos de él y de las relaciones entre sus miembros de las cuales no formamos parte, porque no es un expositor para que los humanos lo veamos todo.

El territorio siempre ha sido el que nos ha provisto de todo lo necesario para vivir y para morir: desde el alimento que crece en la tierra, el aire que respiramos, el sol, el agua o la medicina a los peligros, las enfermedades o la escasez de recursos viables para nosotros. De él proviene la inspiración que ha avivado el ingenio humano para su progreso, los medios para llevar a cabo sus ideas y las respuestas a sus inquietudes espirituales.

Al redescubrir nuestro propio territorio buscamos recuperar el saber de la tierra y restablecer los lazos que nos unen física y espiritualmente con ella. Buscamos contribuir a su bienestar, agradecerle todo lo que nos entrega y volver a abrazar nuestro lugar como parte del entorno, entendiendo que somos mucho más que un ser aislado. Con ello, ante nuestros ojos se abrirá un nuevo mundo que siempre ha estado ahí pero que no supimos ver, y llegarán a nosotros valiosísimos aprendizajes y recursos sin necesidad de que instrumentalicemos nuestro medio, porque sucederán de forma natural en una relación estrecha, sana y consolidada.

Cabe decir y reiterar que, pese a ello, no todo será agradable y bonito en este viaje. La naturaleza no está para complacernos, sino que tiende al equilibrio entre todos sus elementos, a veces en nuestro beneficio y otras en nuestro detrimento.

Cruzar el cerco de nuestra zona segura traerá maravillosas recompensas, pero también nos hará sentir y comprender de mucho más cerca las sombras de la naturaleza: el miedo, el peligro, el dolor, la incertidumbre y la muerte. Muchas de ellas serán también nuestras propias sombras, y deberemos mirarlas a la cara y enfrentarlas para avanzar. Solo de esta forma nos acercaremos a conocer y vivir nuestro entorno, y será a través de ellas que aprenderemos las mayores lecciones.

-2-
LA SENDA DEL TERRITORIO

¿Qué es el trabajo espiritual con el territorio?

El trabajo con el territorio es un concepto usado para englobar un conjunto de prácticas que buscan el contacto y el cultivo de una relación cordial con el entorno, considerando tanto su parte tangible como la intangible, y con todos los espíritus que lo habitan y conforman.

Esta vía espiritual se entiende, en primera instancia, como una forma de existir respetando el medio y buscando la armonía con él y, por lo tanto, gran parte de sus prácticas se basan en cuidarlo y protegerlo. Sin embargo, este respeto no se practica bajo un punto de vista de observador pasivo que no interfiere, sino desde la consciencia de nuestra inevitable interacción y la implicación activa en la responsabilidad de nuestro impacto.

Nuestra mera existencia, por mucho cuidado que llevemos, comporta afectar a los demás para bien y para mal; sin ir más lejos, cada día nos alimentamos de la muerte de otros seres vivos. Creer que podemos existir sin dañar a otros es no ser conscientes de que somos parte de un ecosistema en el que interactuamos con todo lo que lo conforma, un uróboros que se devora a sí mismo y se da la vida con ello. El sendero del territorio parte de recuperar la consciencia de la

obtención de nuestros recursos, porque carecer de ella nos hace distanciarnos del entorno y eludir la responsabilidad del daño que causamos, dejando que se disuelva en los intermediarios que nos los proporcionan. De hecho, con esta venda en los ojos dañamos mucho más de forma indirecta de lo que lo haríamos si fuéramos nosotros los que, mirándolo de frente, efectuáramos el daño directamente y con plena consciencia de sus consecuencias.

No se trata pues de no afectar, de no dañar, de observar solo desde la distancia. Se trata de responsabilizarnos del impacto y el daño que producimos, evitarlo cuando lo consideremos innecesario y llevarlo a cabo de manera consciente, respetuosa y con sentido cuando se requiera. Se trata de abrazar nuestra capacidad de interacción directa que nos reconoce como parte de un ecosistema, no como ajenos a él, y producir una conexión viva y dinámica, una que aunque dañe, porque es inevitable, compense su daño y también beneficie. Este es el corazón del trabajo con el territorio: la acción directa y respetuosa hacia el entorno a través de contribuir y establecer un intercambio amistoso entre ambos, creando una relación de compromiso para agradecer lo que nos proporciona, minimizar y compensar nuestro daño y contribuir al equilibrio del medio.

El trabajo con el territorio resulta tanto una herramienta como una senda espiritual completa *per se*. De hecho, normalmente irá ligado a prácticas de distintas ramas de paganismo, brujería, hechicería u otras creencias y disciplinas espirituales. Autores como Fredrick Lamond y Robin Artisson sentaron las bases de su desarrollo, contemplándolo, en el caso de Artisson bajo el término de Oficio del Territorio, como una parte primordial de la brujería tradicional, no solo poniendo de manifiesto la responsabilidad del brujo hacia el entorno, sino entendiendo el trabajo con él como el medio natural a conocer los misterios del Arte. No faltándole razón, si bien el trabajo con el territorio es una herramienta para aprender, mejorar nuestra conexión con el entorno u obtener una serie de beneficios, esto resulta al final algo secundario respecto a todo lo que una relación íntima con un lugar puede llegar a ser.

El territorio es una vía mistérica e iniciática en sí mismo. Mistérica, porque es un camino en que el conocimiento de lo que para nosotros estaba oculto se desvela mediante la experiencia propia, llevando a lo que resulta, al menos para mí, la mayor forma de comprender: la gnosis, la experiencia espiritual de no solo saber, sino alcanzar y vivir ese saber como una certeza en lo más profundo del alma. Iniciática, porque en dicha experiencia vamos hallando umbrales que, al ser cruzados, derrumban estructuras profundas de nosotros mismos para poder

construirnos en una nueva forma, haciéndonos no ser ya la misma persona que se era al otro lado. Si logramos ganarnos su favor, el territorio y sus espíritus son los que nos guían a esos umbrales y nos abren sus puertas. Ellos nos enseñan sus secretos y nos inician en sus misterios, nos ponen en la mano el veneno con el que darnos muerte y alimentan con nuestras cenizas la semilla en la que renacemos. En la mayoría de ocasiones, y esto es parte de su encanto, su gnosis no se obtiene buscándola activamente, sino como algo colateral que sucede al servir al entorno e interactuar con él de forma habitual, sin desear nada concreto a cambio, del mismo modo que aprendemos de un amigo solo por pasar tiempo con él.

El trabajo con el territorio suele ser más frecuente en espacios rurales o semirrurales al tomar como área de estudio un entorno que incluya la naturaleza local, pero cabe decir que cualquier lugar constituye un territorio válido, incluso la ciudad. Todo espacio tiene sus espíritus y su naturaleza. Si bien este libro

estará enfocado primariamente al trabajo con territorios que cuenten con entornos naturales, la mayoría de sus actividades son perfectamente aplicables también al entorno urbano. No hay territorios más o menos adecuados, por mucho que unos nos gusten más que otros. Cada lugar tendrá sus propias posibilidades y en cada uno podremos enriquecernos y enfocar el trabajo de maneras distintas. Ese es el punto de trabajar con el entorno directo: alejarnos de las generalizaciones y de idealizar lo exótico y acercarnos de nuevo a conocer el lugar del que somos parte, valorando las particularidades que encarna, encontrando la plenitud en lo que nos ofrece. Cuando nos enraizamos firmemente en el entorno, aquello más lejano puede seguir siendo enriquecedor, pero lo sabremos valorar no como algo que anhelamos por una carencia, sino como algo que complementa a lo que ya tenemos.

Las bases del trabajo con el territorio ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Como sucede en cualquier senda espiritual, el enfoque y la forma de realizar un trabajo con el territorio puede variar enormemente en función de la persona, pero ante todo, debe ser una senda sincera y consecuente con la ética de uno mismo. La forma de fundamentar una práctica de este tipo no será ni más ni menos que un reflejo de cómo es el practicante con los demás en el resto de aspectos de su vida, puesto que entendido el medio como ser de pleno derecho, el respeto hacia él no será muy diferente al respeto con el que trataríamos a cualquier persona: si no la conocemos, no le quitaremos algo sin su permiso o nos acercaremos a agasajarla de golpe con muchas atenciones y regalos. Si no sabe quiénes somos, no esperaremos que quiera tratar con nosotros o beneficiarnos de primeras, sino que nos lo ganaremos a base de probarle que somos de fiar. Si deseamos algo de ella, se lo pediremos e intentaremos compensar su amabilidad, y si queremos tener una relación larga y gratificante le dedicaremos tiempo y haremos cosas por ella por simple afecto, sin esperar un pago a cambio.

Aunque cada uno puede hallar sus propias pautas, considero que para que el trabajo sea efectivo hay algunos aspectos que cualquier senda ligada al territorio debería tener en cuenta. Dichos aspectos, sobre los que profundizaremos a lo largo de este libro, son la base que fundamentará la práctica y conformará unos cimientos firmes sobre los cuales poder construir:

1. *Acudir* ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Acudir al territorio es la base de todo. Si no se pisa un lugar es imposible conocerlo por muchos libros que se lean, porque la teoría no tiene la capacidad de suplir lo que otorga la experiencia: es necesario e inevitable pasar mucho tiempo allí para conocer sus particularidades y adquirir una confianza mutua. La práctica principal a llevar a cabo en él, que será nuestra base y a la que dedicaremos más tiempo, es sin duda pasear, pero podremos hacer también otro sinfín de actividades para conocerlo, tal y como explicaremos más adelante.

Un aspecto en el que deberemos trabajar al acudir al territorio es cultivar nuestra ilusión y curiosidad. Podemos desarrollar mucho nuestra capacidad intuitiva si recuperamos la visión y la forma de actuar de un niño, porque él se relaciona con el entorno con mayor libertad, sin sesgar su imaginación, su curiosidad ni su pensamiento mágico. Él explora de manera natural, mirando alrededor con una creatividad que le permite abrir un mundo de posibilidades mucho más amplio. Deja que las formas le sugieran imágenes, se agacha y usa puntos de vista atípicos, experimenta las texturas y los estímulos físicos sin separarlos de sus posibilidades intangibles, imagina. Todo eso son virtudes que beneficiarán nuestra práctica, pero que a veces como adultos reprimimos o juzgamos antes de darles margen de expresión.

En mi libro *En mi bosque interior* tienes algunos ejercicios básicos que aplicar mientras paseas que pueden ser muy útiles, como el paseo sensorial, el *grounding* o los altares en la naturaleza.

2. *Servir* ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

La Senda del Territorio no es una forma de obtener beneficios personales directos o rápidos, es en primera instancia una forma de preservar y vivir en cordialidad con un espacio y sus habitantes, ya sean humanos, tierra, árboles o espíritus. Para cultivar una relación con ese lugar es muy importante protegerle y cuidarle como a nuestra propia casa, agradecerle, devolverle el favor por todo lo que nos proporciona y servirle para contribuir al proyecto común que tenemos con él, el ecosistema del que formamos parte. Más adelante hallarás un apartado entero dedicado al servicio y la ofrenda para ahondar en este aspecto fundamental.

3. *Percibir* ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Otro aspecto básico para poder mantener una relación con cualquier ser es que seamos capaces de escucharle y comunicarnos con él. Debemos comprender, sin embargo, que la comunicación no va a ser en nuestros términos y necesidades. El territorio tiene sus propias costumbres, lenguas y formas de expresión, y nosotros, que somos los que buscamos el acercamiento, somos los que debemos aprender a entender su idioma y a comunicarnos. Poco obtendremos de esperar oír del bosque, con nuestros oídos físicos, una voz hablando claramente en nuestra lengua; y, sin embargo, estaremos ignorando lo mucho que dice un silencio repentino o una corriente de aire que nos invita a acudir.

Este idioma se aprende con el tiempo, como cualquier lengua. Depende enteramente de cuánto nos expongamos, cuán atentos estemos a él y cuánto lo intentemos comprender, pero en primera instancia depende de que seamos capaces de percibirlo. Para poder escuchar al territorio es necesario trabajar en profundidad nuestra capacidad de atención y percepción, tanto a nivel general como al detalle. Nuestros sentidos y sensaciones son lo que nos proporcionan comunicación con el mundo que nos rodea, así que esas vías deben estar limpias, activas y en forma. En mi libro anterior, *En mi bosque interior*, incluí diversos ejercicios encaminados a trabajar la percepción y los sentidos a fin de abrir un canal de comunicación efectivo con el entorno que pueden ser muy útiles en este aspecto.

Algo que nos puede ayudar también es comenzar a dar importancia a nuestra parte más instintiva y reaprender a escucharla y entenderla. Los animales aprenden muy rápido el lenguaje de su entorno porque poseen un instinto innato para ello, y del mismo modo lo tenemos los humanos. Aunque la vertiente más primaria y animal de las personas suela ser ignorada y reprimida, resulta una herramienta igual de necesaria que las áreas de nuestro ser más socialmente aceptadas. La intuición, las emociones viscerales, la percepción de los estímulos más sutiles, el miedo, el rastreo, la defensa o la huida son todos elementos que fundamentan en enorme medida el aprendizaje del lenguaje del entorno natural y que deberemos aprender a escuchar.

Cabe decir que toda percepción, incluso en la comunicación entre personas, es subjetiva. Todo pasa por innumerables filtros que nos conforman: nuestra empatía, nuestro marco cultural, nuestras capacidades, habilidades, experiencias, recuerdos... Hay que tener en cuenta que cuando hablamos de territorio, el choque cultural puede ser grande: este no tiene los mismos sentidos y medios de

expresión que las personas, con lo que nuestros sentidos y cerebro interpretarán en la medida de lo posible sus expresiones con las herramientas de las que se dispone. Es por ello que la percepción de la información puede llegarnos por vías muy atípicas respecto a lo que estamos acostumbrados. Quizá un mensaje se reciba de forma muy clara y física, como encontrar un elemento concreto en el entorno y ver clara la intención tras ello, pero también es posible, por ejemplo, que percibamos emociones, imágenes mentales o simplemente nos sintamos llevados a hacer algo concreto. Puede que una palabra resuene de la nada dentro de nosotros, tengamos una certeza sin saber cómo la hemos comprendido...

Lo mismo sucede en una amplia variedad de prácticas de comunicación espiritual, no solo en la comunicación con el territorio y sus espíritus. Cada persona suele percibir o traducir las percepciones a estímulos procesables mejor de unas formas que de otras. Por ejemplo, hay quien percibe más mediante imágenes mentales, mientras que otras personas lo hacen con emociones menos definidas. Conocer nuestros puntos fuertes de percepción, ya sean físicos o espirituales, es algo interesante porque nos permite practicar ejercicios para fortalecerlos y aprender a usarlos mejor, como que la persona que percibe mediante imágenes mentales haga prácticas de visualización para luego recibir las imágenes de forma más nítida. También es útil hacer ejercicios para reforzar los sentidos más débiles, como intentar identificar los sonidos que oímos durante cinco minutos cada día si nos cuesta escuchar de forma activa habitualmente.

4. *Interactuar* ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Muy ligado a los aspectos anteriores, otro punto que fundamenta la práctica y del que hemos hablado ya con anterioridad es la interacción. La interacción es el acercamiento por nuestra parte a la búsqueda de una relación más próxima con el territorio. Es, más allá de entrenarnos para percibir, comenzar a establecer un diálogo con él. Para interactuar y obtener respuesta a nuestros acercamientos debemos hacernos familiares para ese entorno y sus habitantes, dejarnos conocer e implicarnos en sus actividades. Es a base de mostrarnos abiertamente y resultar positivos para ellos que lograremos ganarnos su confianza. Por este motivo, gran parte de la práctica se basará en tender puentes que, si lo desean, los espíritus del territorio puedan cruzar hacia nosotros. Hablar con ellos, hacer preguntas, dar pequeños obsequios, interesarse por conocerles y demostrarles ese interés comunicándonos mediante sus fórmulas o considerando sus gustos...

En mi experiencia, el territorio, y más si se trata de un entorno ligado a la acción humana, sabe más de nuestra lengua que nosotros de la suya. Ha oído nuestras voces y sido testigo de nuestras historias durante siglos, nos conoce perfectamente. Si le hablamos, nos entiende. Si le despertamos simpatía, nos escucha, y si nos comunicamos con él mediante nuestros medios, por lo general comprende nuestra intención. Otra cosa es que quiera respondernos o intentar usar algo similar a nuestros medios de expresión por nosotros, básicamente porque de primeras no tiene ninguna necesidad o interés en ello.

Es importante entender que no somos especiales, solo somos un ser más de los millones que habitan en un lugar. De hecho, en nuestra carta de presentación consta en primera línea que pertenecemos a una especie que ha perjudicado mucho al medio, y por ello muchos espíritus o territorios recelarán de nosotros en primera instancia. Otros, que se benefician de la acción humana, puede que por contra se muestren abiertos. En todo caso, la diferencia entre su relación habitual con la mayoría de desconocidos y la relación con nosotros radicará en hacer que les importemos, en distinguirnos del resto anónimo por nuestras acciones y ganarnos un lugar en su atención. Y esto, igual que sucede entre las personas, no es por lo general algo difícil, es cuestión de tiempo, dedicación y amor.

Una vez cultivada una relación cordial, sí es normal que el territorio se exprese frente a nosotros y que nos conteste, pero normalmente esperará que nosotros nos adaptemos a sus fórmulas. Por ese motivo, son raras y profundamente valiosas las ocasiones en las que, si nuestra relación es muy buena o el territorio requiere algo de nosotros, intentará facilitarnos que le entendamos insistiendo o buscando una forma de que recibamos claramente el mensaje. Esos momentos son una de las vivencias más hermosas de este camino, porque atestiguan una reciprocidad en la relación que es profundamente gratificante. Es desde este punto de reciprocidad que una relación de alianza podrá tener lugar.

5. *Investigar* ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Como último punto, encontramos la investigación. Investigar es ahondar en aquello que nos es desconocido a fin de hacerlo conocido, lo que nos proporciona una oportunidad muy valiosa para aprender y progresar. Investigar es acudir a lugares que no visitamos tanto de nuestro entorno para ver qué hallamos en ellos,

preguntarnos cosas, buscar su respuesta y descubrir elementos que habíamos pasado por alto anteriormente. La investigación no es solo el medio por el que podemos ampliar nuestro conocimiento del territorio, sino también una forma de dotarnos de un marco contextual que nos ayude a situar nuestras experiencias vivenciales. Dada la importancia de este punto, lo exploraremos al detalle en el siguiente apartado.

Las tres fuentes ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

A la hora de investigar y aprender sobre un territorio, hallaremos principalmente tres tipos de fuentes que nos resultarán útiles para lograr una visión lo más amplia posible y un contexto que nos permita encajar aquello que experimentamos. Es posible que nos sintamos más cómodos con una u otra, pero aunque demos más relevancia a nuestra predilecta, es bueno considerar siempre las demás.

1. *La experiencia* ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

La experiencia es la fuente primordial y resulta indispensable en la Senda del Territorio. Cabe mencionar su relevancia porque algo que sucede frecuentemente a la hora de querer adoptar una senda espiritual es leer mucho sobre ella pero no llevar nada a la práctica, ya sea por miedo, por inseguridad o porque supone un esfuerzo. La espiritualidad es un camino: está muy bien estudiarse el mapa, pero hay que caminarlo, porque el sendero es abismalmente distinto a lo que podíamos apreciar en el plano. Hallaremos una infinidad de cosas que no salían en él y no lograremos encontrar otras que aparecían marcadas. Nos caeremos, nos levantaremos, nos perderemos, nos maravillaremos de lo que veamos y lo más importante, estaremos viviendo e integrando aquello que deseábamos conocer. El trabajo con el territorio es una senda inevitablemente práctica y, aunque nos respaldemos de los otros tipos de fuentes, es necesario que nos ensuciemos las manos.

Investigar experiencialmente el territorio parte de pasar tiempo en él y deambular para ver qué encontramos. Fijarnos en detalles que pasan desapercibidos, andar senderos que no hemos andado antes o salirnos del camino (siempre con cautela para no perdernos, o al menos ¡no mucho!) son buenos

puntos de partida. Otro aspecto que puede ser interesante es acudir en diferentes días, horas y bajo distintas circunstancias. ¿Se siente igual por la mañana que al atardecer? ¿Qué pasa cuando ha llovido, o el fin de semana, cuando hay más gente? A largo término, aprenderemos otros aspectos de él que requieren tiempo y paciencia, como su expresión del ciclo anual y las estaciones.

Dentro de la experiencia, trataremos mucho también con nuestra parte intuitiva. Normalmente, es bueno que cuando nos aproximemos a un elemento, práctica en el territorio o aliado nuevo lo hagamos en primer lugar desde esta intuición para trabajarla y fortalecerla, y para vivir la experiencia más libre de expectativas y sesgos. Haber leído mucho sobre algo nos hace esperar un resultado muy concreto al momento de vivirlo, cuando realmente (y más a nivel de espiritualidad) no tiene por qué ser como otros lo describen. Esto puede llevarnos a no apreciar e incluso a invalidar sin darnos cuenta información de nuestra propia vivencia que podría ser muy enriquecedora, y a dudar de nosotros mismos cuando realmente no sucede nada malo.

La práctica de cada uno y la relación con los espíritus aliados no es igual a la de nadie más. Muy a menudo encontraremos respaldo a lo que experimentamos al consultar las otras fuentes, lo que resulta un gran refuerzo interno, pero en ocasiones, cuando no, deberemos aprender a tener seguridad en nosotros y creer en lo que hemos vivido.

Esto tampoco significa que no filtremos ni dudemos nada de nuestras percepciones y experiencias, porque al fin y al cabo, todos nos equivocamos o malentendemos cosas en la vida. Se trata de hallar un equilibrio de duda sana para poder percibir de forma sensata sin por ello dejar de escuchar y respetar nuestra experiencia. Para esto resulta útil conocer nuestras distorsiones perceptivas habituales, que suelen ser principalmente sesgos de nuestro ego y de nuestra sombra, y así poder plantearnos si están afectando a la forma en la que percibimos la vivencia. La intuición es una herramienta que requiere de trabajo interior y práctica para estar bien afinada, así que usarla a menudo nos ayudará a lograr buenos resultados y adquirir confianza en ella. En apartados posteriores trabajaremos algunos métodos de percepción intuitiva que nos pueden ayudar en la investigación experiencial.

Cabe decir que, aunque como he comentado, es interesante, no siempre es necesario que nuestro primer contacto con un nuevo elemento sea mediante la experiencia. Se siga el orden que sea o se tenga un avance combinado, que es lo más común, es importante comparar los hallazgos que hagamos entre los

distintos tipos de fuentes de información y buscar sus nexos comunes. Muy frecuentemente veremos que tienen relaciones muy estrechas y esto nos permitirá un conocimiento mucho más amplio y rico de nuestro elemento de estudio.

Dentro de este tipo de fuente también nos puede resultar interesante aprender de la experiencia de otras personas, especialmente de aquellas que hayan interactuado con los mismos elementos que nosotros. Podemos hablar con gente que lleva mucho tiempo en ese territorio, o ir con un compañero, intentar percibir algo a la vez y compartir impresiones. Si bien la experiencia de los demás no es igual a la nuestra y a veces no se parecerá en nada, siempre puede resultar útil para apreciar cosas que nos pasaban por alto, no cometer algunos errores o confirmar intuiciones en el caso de que se compartan.

Para terminar, algo que recomiendo mucho es registrar las experiencias para poder remitirnos a ellas cuando haya pasado el tiempo. Nuestros recuerdos cambian y se pierden, con lo que es útil apuntarlas a fin de poderlas rememorar de forma más objetiva en el caso de que queramos enlazarlas con nuevas vivencias, extraer conclusiones o hacer estudios a largo plazo. Mi opción favorita es escribirlas en una libreta que a menudo me llevo conmigo al territorio, y que a su vez me permite prensar flores o contener otros pequeños elementos relacionados con la práctica. De vez en cuando, releo partes de lo escrito en el pasado y me ayuda mucho a ver cosas que solo comparando y evaluando el conjunto se pueden ver y a orientarme cuando no sé por dónde avanzar.

Otra forma de registro que me parece muy útil es la creación artística. El arte es una disciplina a medio camino entre lo espiritual y lo tangible, y al llevarlo a cabo podemos percibir y plasmar cosas que de forma plenamente racional nos sería mucho más difícil. Podemos probar a registrar una experiencia, sensación o aspecto del territorio mediante el dibujo, la poesía o la música, siempre teniendo en cuenta que no buscamos una gran técnica, sino la expresividad y dejar fluir nuestra intuición. Dentro de este apartado yo utilizo mucho la fotografía, tanto para registrar aspectos físicos del territorio a lo largo del tiempo (el crecimiento de las plantas, por ejemplo) como para buscar captar mediante un enfoque más artístico emociones y aspectos más intangibles.

2. *El folclore* ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

El folclore (del inglés *folk lore*, saber del pueblo) es el conjunto de creencias, costumbres, tradiciones, creaciones literarias, artesanales, artísticas, etc., de un

pueblo. Es la expresión de su cultura bajo innumerables formas, el conjunto que conforma su identidad y el fruto de su conexión con el entorno. El estudio del folclore siempre ha sido una disciplina muy denostada y considerada de segunda ya que se asociaba a las costumbres y creencias de las clases populares, tenidas por más atrasadas, incultas o crédulas que la élite que podía permitirse una formación académica. Sin embargo, nada más lejos de la realidad: el folclore es patrimonio, es la sabiduría a base de la experiencia de centenares de generaciones que provenía de la interacción directa con el territorio y el conocimiento profundo del mismo. Este conocimiento parte de una visión del mundo animista que, aunque oculta y en ocasiones condenada, se ha mantenido en gran medida pese a las posteriores corrientes religiosas. Es por este motivo que para aquellos que deseamos conocer un territorio comprendiendo sus realidades tangibles e intangibles el folclore resulta una herramienta valiosísima.

El saber del pueblo contiene fórmulas de comunicación con el entorno y sus espíritus que se han mantenido durante siglos por su utilidad, por haberse consolidado con el tiempo como unos términos acordados entre unos y otros. Podríamos verlo como que al haber sido fórmulas usadas tanto tiempo para interactuar con él, el territorio las reconoce y reacciona a ellas y, por lo tanto constituyen un idioma intermedio que nos va a facilitar mucho establecer un diálogo. Por ejemplo, al trabajar con un río, podemos averiguar que a dicho río se le asociaba un tipo de espíritu con cierto nombre, carácter o atributos, y que en alguna fecha concreta se le ofrendaba algún elemento en particular que se consideraba de su agrado a fin de ganarse su favor. Esta fórmula nos puede resultar de enorme utilidad a la hora de establecer una relación con ese lugar.

Si nos paramos a pensar, de hecho, todas las personas que en el pasado usaban dichas fórmulas, ya murieron, fueron enterradas en el territorio y forman parte de él, engrosando su vertiente espiritual. Resulta realmente útil conocer el código con el cual estaban familiarizadas porque ahora que ellas están al otro lado de la comunicación pueden ser grandes aliados que nos ayuden a descubrir los misterios del lugar.

Otro aspecto en el que nos beneficiamos mucho al conocer el folclore es que dota de un contexto a nuestra práctica y nos permite tener un marco en el que comprender nuestras experiencias. La experiencia aislada puede ser muy reveladora, pero para integrarla es necesario encajarla en nuestro mosaico personal. Las personas necesitamos hallar un lugar a nuestras creencias y vivencias en una red contextual interna que les dé sentido para poderlas comprenderlas mejor, hallar una lógica y relacionar conceptos. Esta red, aunque

por supuesto marcada por nuestro carácter, razón y experiencias, la forma en enorme medida el paradigma de pensamiento de nuestra cultura o aquel con el que nos identificamos, y este filtra la forma en que vivimos cada suceso en nuestra vida. De ahí a que un mismo suceso, como la aparición de un gato negro en sueños, sea percibido con un sentido completamente distinto entre dos personas de diferente cultura o tiempo: para el paganismo nórdico, podría resultar una *fylgja,* un espíritu tutelar. En la España de hace pocos siglos sería entendido como un mal augurio, y en la de hoy en día probablemente no se le daría ninguna importancia. Por supuesto, este marco contextual no es malo, es parte de nuestra forma de procesamiento de la información. Tampoco es rígido, es susceptible a recibir influencias personales que lo modelen, como haber tenido una buena experiencia con un gato negro o conocer el significado que tiene para otra cultura y adoptarlo porque nos guste más que el de nuestro contexto cultural. Ser conscientes de que funcionamos bajo un paradigma cultural nos da la oportunidad de entender que la realidad tiene muchas más posibilidades de las que contemplamos y que unas no tienen por qué invalidar a las otras. Esta consciencia es algo que podemos utilizar como herramienta para moldear nuestro paradigma personal y poder comprender o incluso adoptar, aunque sea temporalmente, otros paradigmas que nos enriquezcan por algún motivo, como plantea de forma muy interesante la magia del caos.

El folclore de los pueblos que han habitado el lugar con el que queramos trabajar contiene los paradigmas de pensamiento (por ejemplo, una cosmología, una ética o unas creencias) que se han creado a lo largo del tiempo a base de la interacción con él, y por ello forman parte del mismo territorio. Si se desea conocer realmente un entorno, como se suele decir: «Donde fueres haz lo que vieres», y aunque probablemente no todo nos resuene a nivel personal, conocerlo nos permitirá profundizar en él y enmarcar las experiencias que tengamos en ese lugar. Por ejemplificar, es curioso, tras una interacción espiritual con un elemento del entorno, comprobar si el folclore registra experiencias similares. Muy a menudo, nos sorprenderá descubrir que sí y eso nos permitirá poner un nombre y conocer mejor aquello que hemos vivido a través de entenderlo en su propio contexto cosmológico o de creencias. Otro ejemplo puede ser partir de creencias locales para dirigir nuestra práctica: si en el lugar se cree que en Todos los Santos las almas de los muertos regresan, podremos actuar bajo esa premisa y comprobar qué pasa.

El folclore no es una disciplina rígida sujeta a nuestra acostumbrada racionalidad, pero a diferencia de lo que pueda parecer a los que no lo conocen,

es profundamente lógico. Los que no lo creen así es porque tratan de juzgar las creencias y costumbres bajo su propio contexto en lugar de situarse en el de aquellas personas que regían sus vidas con ellas. Al aprender a verlas bajo su propio prisma, queda de manifiesto que el folclore es un entramado bellísimamente tejido, cuya riqueza y saber tiene ejes comunes con nuestros paradigmas modernos que son perfectamente aplicables en nuestra visión actual. Cada costumbre tiene un sentido y una lógica dentro de su marco, cada creencia está basada en la experiencia continuada de un pueblo. Como bien dice el historiador Claude Lecouteux, nada se dejaba al azar, nada se hacía porque sí, y la norma para actuar de una forma u otra era la tradición: si los antepasados lo hacían así y les iba bien, ¿para qué tomar el riesgo de cambiarlo? Por esto, a menudo el recuerdo de la experiencia primaria y el sentido concreto de la práctica derivada de ella se disolvían en el olvido con el tiempo, pero la práctica continuaba igualmente. De aquí nacen muchas de las consideradas hoy en día supersticiones, pero que en cambio pueden recuperar su sentido por medios deductivos si se conoce gracias a otros vestigios la red en la que funcionaban. De este modo, como indica Lecouteux, es como las creencias folclóricas tienen una longevidad extraordinaria (prueba de ello es que hay prácticas precristianas que se siguen realizando hoy en día) y apenas evolucionan más que superficialmente tomando otras máscaras, como sucede en el caso de la sincretización religiosa. Tan solo los grandes sucesos históricos o los cambios de paradigma que modificaban en profundidad la forma de vida de las personas, como guerras o la industrialización, tuvieron la capacidad de borrar estas costumbres.

Para acercarnos al folclore como fuente de información podemos hacerlo por varias vías. En primer lugar, podemos preguntar a personas mayores que conozcan o hayan sido partícipes de dichas prácticas o que hayan vivido experiencias en ese territorio. Los abuelos, vecinos, ancianos de un centro de día o aquellos que van al bar de siempre suelen alegrarse mucho de que alguien se interese en su saber y en aquello que recuerdan de su juventud.

En segundo lugar, podemos recurrir a fuentes bibliográficas. Si bien puede ser difícil encontrar estos textos si no se sabe cómo empezar a buscar, nos puede orientar preguntar en la biblioteca más cercana, en el ayuntamiento, en museos próximos o en un centro cultural. En internet, aunque últimamente algunas diputaciones y organismos de cultura están empezando a proporcionar en línea algo de información sobre el folclore, no suele abundar el contenido profundo del tema, con lo que acostumbra a ser necesario acudir a fuentes más especializadas que, a menudo, resultan poco recientes. En ocasiones, también pueden

encontrarse artículos de revistas especializadas en bases de documentos en línea.

Otro punto de partida es buscar autores folcloristas del área que nos interese y consultar su obra. A finales del siglo XIX y principios del XX hubo un auge de estos autores especializados, con lo que es posible que encontremos material de esa época. Si los libros consultados tienen bibliografía, podemos remitirnos a ella para descubrir otros autores o trabajos de tema similar.

Dentro de lo que puede resultar interesante en el estudio del folclore para nuestra práctica, buenos puntos de partida son:

◊ Recopilaciones de leyendas, cuentos y bestiarios locales, de los que podremos extraer la caracterización de muchos espíritus del entorno. Frecuentemente, bajo las leyendas e incluso de cuentos tradicionales para niños se esconden creencias que antaño eran importantes, y lecturas entre líneas muy reveladoras. Si hallamos leyendas o historias asociadas a ciertos elementos del territorio, como plantas o lugares concretos, estaremos encontrando un filón muy valioso para tratar con ese entorno.

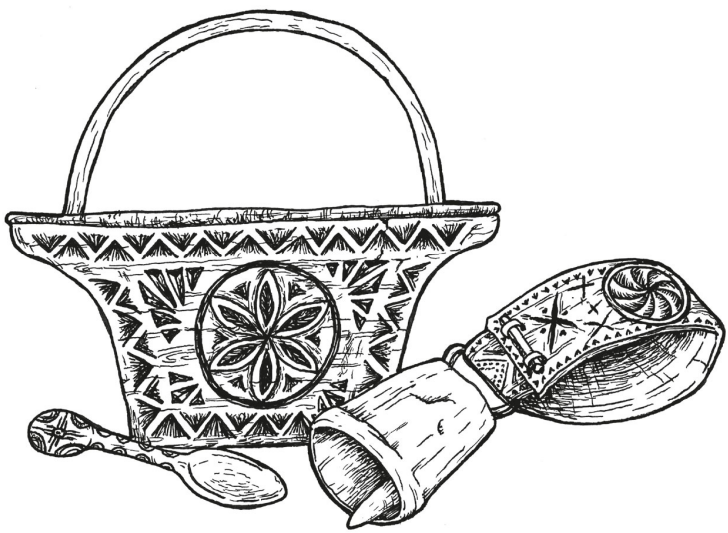
◊ Canciones y danzas típicas, que a menudo incluyen en su letra referencias a creencias y en su coreografía escenificaciones de antiguas prácticas y ritos. Por ejemplo, en el Pirineo aún perduran las danzas del oso durante el mes de febrero, bailes en los que tras una simulada lucha, se acaba escenificando el sacrificio de la persona que va disfrazada de oso. Estos bailes representan según parece el vestigio de un rito precristiano, el sacrificio del dañino espíritu del invierno, representado por el oso, a fin de que la mitad oscura del año llegue a su término y pueda comenzar la primavera.

◊ Personajes populares de los carnavales, fiestas mayores o celebraciones locales. En muchos lugares, del mismo modo que sucede con las danzas del oso, encontramos en estas celebraciones figuras centrales de gran antigüedad que representan a deidades o espíritus locales. Por ejemplo, los gigantes y su danza, los diablos que ofician los *correfocs*, los zarramacos de los carnavales de la Vijanera... Investigar sobre ellos puede darnos hilos muy interesantes de los que tirar que encajen con otras prácticas y creencias de la zona y puedan devenir en una vía a la práctica espiritual con el territorio.

◊ Bienes materiales. Podemos investigar sobre un amplio abanico de objetos utilizados a lo largo de la historia en el territorio, ya sean de carácter espiritual o práctico. A través de ellos se averigua mucho sobre las rutinas y creencias de sus habitantes ligadas al entorno, e incluso se puede conocer algo de qué tipo de culto se realizaba en lugares concretos. No son pocos, por ejemplo, los ríos en los

que se han encontrado ofrendas de armas inutilizadas, o los elementos de la orografía en los que se han hallado aras votivas dedicadas a deidades asociadas a esos ámbitos (fuentes, cimas de montañas, cuevas...).

◊ Motivos ornamentales y símbolos en la artesanía tradicional. A menudo parten de una base mágica, especialmente apotropaica. Encontramos por ejemplo la hexafolia, tan frecuente en el Pirineo, que se grababa tanto en vigas y puertas como en los cencerros del ganado o los útiles domésticos, como saleros y moldes de queso a fin de protegerlos, aunque hoy en día se use más bien solo como motivo decorativo tradicional. Un símbolo nos puede decir mucho de la lógica de las creencias locales porque se ubica en su entramado, no es algo mágico porque sí: tiene un motivo y un sentido. De la hexafolia podemos deducir que resultaba protectora por su carácter solar, una concepción muy frecuente en las zonas de influencia indoeuropea, y que aquellos que la utilizaban lo hacían bajo la creencia de que el sol y todo lo que lo imite o represente, como es el caso de este símbolo, tenía la virtud de alejar a los malos espíritus, que solían tener carácter nocturno.



◊ Costumbres y tradiciones. En este apartado pueden entrar un sinfín de prácticas muy variopintas, desde supersticiones frecuentes en la zona, pequeñas prácticas como regalar sal y aceite tras una mudanza o actividades más elaboradas como erigir un palo de mayo. Estas tradiciones son, como habíamos

comentado, fórmulas muy ancladas al territorio y responden a ese corpus de creencias subyacentes que queremos explorar. A menudo, tras familiarizarnos con el folclore del lugar, acabaremos pudiendo entender o al menos deducir de forma aproximada el motivo de muchas de estas prácticas y el sentido que tienen en su contexto. Podemos prestar especial atención también a si esas costumbres se llevan a cabo en un día o momento concreto, porque nos pueden proporcionar información sobre los ciclos espirituales del territorio, como el ascenso y descenso de los muertos del Inframundo durante la mitad oscura del año. A nivel bibliográfico, los costumbrarios, que son libros que recogen las prácticas, costumbres y creencias tradicionales populares de un pueblo, son una fuente muy valiosa que a menudo nos proporcionará información de todos los puntos anteriores.

Si bien solo partiendo de algunas de estas propuestas tendríamos para explorar toda una vida, existen innumerables formas más en las que el folclore podría hacernos aprender y comprender un territorio. A veces, parece que se trate de un juego de pistas, de un rompecabezas. Deberemos jugar con dobles sentidos, comprender metáforas, trabajar con símbolos. En otras ocasiones deberemos aprender a dejar de lado nuestro paradigma actual, que a veces se pasa de racionalista, y simplemente aceptar las cosas tal y como se presentan en el suyo, creer, volver a dar un espacio en nuestra concepción al pensamiento mágico. Probablemente así descubramos cosas que jamás hubiéramos podido explorar de otro modo.

3. *El estudio de disciplinas académicas* ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Si bien en el estudio del folclore ya hemos tocado una parte de las fuentes bibliográficas, hay muchas otras disciplinas académicas que pueden enriquecer enormemente el estudio de un territorio y nuestra práctica en él. Los campos de estudio a consultar dependen mucho del interés personal, con lo que resulta imposible mencionarlos todos, pero para mí resultan muy importantes los siguientes:

◊ Historia: La historia de un territorio es parte de él. Cada suceso importante que ha acontecido ha tenido impacto sobre el entorno y sus habitantes y, por lo tanto, ha afectado a su carácter y a cómo es en la actualidad. Entender su pasado puede darnos muchas claves para comprender su presente.

◊ Antropología y etnografía: El estudio del ser humano, sus prácticas y su

cultura. Dentro de este campo podremos encontrar las formas en las que las personas que habitaron el territorio que deseamos conocer se relacionaron con él a lo largo de la historia, y podremos hallar sus tradiciones, sus costumbres, sus prácticas y sus creencias espirituales. Estas nos resultarán muy útiles como fórmulas de interacción con el entorno. Dentro de este apartado se encuentra precisamente el estudio del folclore y las mitologías.

◊ Etnobotánica: Una disciplina contenida en las anteriores, pero que destaco por su enorme importancia para aquellos interesados en los aliados vegetales. Esta materia estudia la relación del ser humano con las plantas de su entorno, y abarca los usos que se han dado a las mismas en infinidad de áreas como la medicina, la magia, la alimentación, la construcción, la religión, la fabricación de herramientas o la artesanía. Dentro de ella encontramos infinidad de prácticas, costumbres y creencias que nos pueden dar una información valiosísima acerca del carácter espiritual de los vegetales de nuestro territorio.

◊ Botánica, geología y zoología: Útiles para el estudio de la vertiente física y las propiedades químicas de los aliados. Nos puede ayudar mucho a conocer el tipo de suelo, identificar especies con las que queramos trabajar y conocer sus necesidades fisiológicas, que serán un buen punto de partida para cuidarlas y proporcionarles ofrendas adecuadas.

◊ Ciencias medioambientales y ecología: Dentro de este ámbito se incluyen muchas disciplinas distintas que nos permiten conocer la interacción entre las diferentes especies y las relaciones que conforman nuestro medio. Tener unas bases sólidas acerca del funcionamiento del ecosistema en el que vivimos y que deseamos cuidar es primordial para contribuir positivamente en él. Podemos investigar sobre los desequilibrios que padece para no agravarlos, cómo afectan las características climáticas u orográficas a las especies que habitan en él, qué tipo de bosque o vegetación se encuentra en nuestra zona, qué tipo de explotación se realiza en ella...

Para consultar estas fuentes podemos buscar textos científicos, pero en ocasiones, si no conocemos en profundidad la disciplina pueden resultar complejos de entender. Un buen punto intermedio son las revistas divulgativas, que normalmente están pensadas para acercar estos estudios al público general. En muchos lugares existen publicaciones periódicas centradas en el territorio que se enfocan en dar a conocer el entorno natural local y la vida rural tradicional, incluyendo muchos aspectos de los mencionados anteriormente: folclore, botánica, medio ambiente y ecosistemas, sostenibilidad... ¡Se puede aprender

mucho de ellas!

Construyendo las bases de nuestra senda

La elección del territorio ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Contemplando los aspectos anteriores y decidiendo que deseamos emprender el camino de establecer una alianza con nuestro territorio, llega el momento de concretar el punto de partida: la elección de dicho territorio.

Intimar con un lugar no es algo que se realice rápidamente, y por eso, por amplio que sea el mundo o incluso tan solo nuestra propia comarca, vamos a

tener que comenzar delimitando un entorno relativamente pequeño con el que vayamos a trabajar. Con el tiempo, las fronteras de dicho territorio se irán expandiendo conforme lo conozcamos y podamos ampliar más espacio. Es preferible trabajar intensamente con un área pequeña que querer abarcar mucho y no poder profundizar en la relación. Por poner un ejemplo, cuando comencé a trabajar con un territorio lo hice a nivel experiencial con un pequeño bosque y un prado cercanos a mi casa que incluían más o menos tres kilómetros cuadrados.

Esto no va de delimitaciones humanas: nuestro territorio no termina en un límite claro a menos que él mismo lo presente, por ejemplo, con un río o un barranco al otro lado del mismo que ya no hemos explorado. Los límites son más bien degradados entre el espacio conocido y aquel con el que no se ha trabajado aún. Conforme vayamos experimentando con el lugar o explorando otros entornos cercanos, nuestro mapa se irá convirtiendo en un espacio de transiciones entre puntos más «calientes», con los que hemos interactuado más o tenemos más confianza, y áreas más «frías» con las que no tenemos la misma relación. No consiste en rellenar huecos o llegar al mismo nivel con todos, sino en fluir con el espacio, del mismo modo que no tenemos la misma amistad con diferentes personas. Cabe decir que nuestro territorio elegido para hacer el trabajo intensivo será moderadamente pequeño, pero que tendremos otros límites fluidos y más amplios a la hora de realizar otras prácticas e investigar. En el estudio folclórico y académico es útil abarcar también las poblaciones cercanas e investigar algunas conexiones a nivel mucho más extenso a fin de contextualizar y entender mejor el sustrato y las prácticas de nuestra zona. Esto puede ser realmente útil para buscar paralelismos y parentescos que nos ayuden a comprender elementos en parte perdidos en nuestro entorno y, en definitiva, concebir nuestro territorio como parte de uno más grande, con sus nexos y relaciones, como es evidente que así es.

Para elegir nuestro territorio es interesante considerar dos elementos en primera instancia: la proximidad y la atracción. La proximidad es algo necesario teniendo en cuenta que nos tiene que resultar fácil llegar al entorno elegido para poder llevar un trabajo continuado con él. Si no es directamente el espacio que abarca nuestra rutina, es necesario elegir un lugar al que nos podamos desplazar con comodidad tan a menudo como queramos establecer en nuestra práctica.

En este aspecto, personalmente recomiendo e insisto en trabajar con nuestro entorno directo, como los alrededores de nuestra casa. Si bien podemos elegir territorios más lejanos porque nos sintamos en especial atraídos por ellos o busquemos algo concreto que solo esos lugares pueden mostrarnos, gran parte

esta senda consiste, tal y como hemos comentado con anterioridad, en reconocernos como parte de nuestro territorio, comprender cómo nos relacionamos con él y tener una relación cordial con los espíritus que nos rodean en nuestro día a día, no solo de forma puntual. Trabajar con el entorno más próximo es interesante porque nos permite redescubrir lo que tenemos a nuestro alrededor y ya que, además, la relación no parte desde cero, sino que ya existe cierta habituación que nos puede beneficiar.

En todo caso, el segundo factor es la atracción que sintamos por el lugar. Que nos sintamos atraídos por un entorno no significa realmente que tengamos más posibilidades de llevarnos bien con él, pero sí estimula la motivación necesaria para que nuestra práctica sea algo sostenido en el tiempo y resulte fructífera. El territorio nos tiene que suscitar interés, curiosidad e incluso fascinación, y esto es algo que puede chocar con el aspecto de proximidad, porque es común tender a ver más atractivo aquello que se sale de lo que estamos acostumbrados. Puede ser incluso que no sintamos ningún afecto por nuestro entorno directo o este nos desagrade, pero quizá, teniendo en cuenta que tenemos que interactuar cada día en él, esta es una razón de más para intentar mejorar la relación. Trabajar con él, ayudarle y descubrir su cara oculta puede hacer que nuestra opinión cambie completamente. Recuerdo que antes de comenzar a trabajar con el territorio, mi ideal eran los bosques atlánticos, húmedos y verdes, y los bosques de mi zona me parecían en comparación apagados y feos. Sin embargo, tras conocer mejor mi entorno y maravillarme de lo que he descubierto, esos bosques que no me despertaban interés me parecen ahora magníficos y de sobrecogedora belleza. Esperar de un lugar lo que no es, compararlo con otro ideal o mantener prejuicios sin conocerlo es tan injusto como hacérselo a una persona, porque nuestros sesgos nos impiden ver todas las cosas buenas que tiene.

Tras la elección de un territorio como punto de partida, deberemos plantear un nivel de compromiso con el trabajo que queremos, especialmente determinando cuánto tiempo vamos a dedicarle y con cuánta frecuencia. Lo recomendable es por lo menos un par de horas un par de veces a la semana, aunque personalmente, prefiero más. Otra posibilidad que puede encajar en nuestra rutina es dedicar menos tiempo, como media hora, pero todos los días. Por supuesto, no hay opción correcta o incorrecta, simplemente cabe decir que por lo general en una práctica más puntual llevará más tiempo forjar una relación, como es lógico. De hecho, ni siquiera tenemos que hacer que las sesiones sean periódicas, aunque lo recomiendo mucho, porque así formarán parte de nuestra rutina y les reservaremos su tiempo.

Habiendo expuesto lo anterior, te propongo que te hagas unas preguntas sobre las que reflexionar para comenzar a establecer tu práctica:

◊ ¿Por qué quiero comenzar una senda espiritual ligada al territorio? ¿Qué espero de mi relación con el entorno?

◊ ¿Hay algún lugar, de mi presente o mi pasado, al que me sienta o me haya sentido especialmente unida? ¿Qué es lo que me liga a él?

◊ ¿Qué territorio he elegido y por qué? ¿Qué relación tengo actualmente con él?

◊ ¿He descartado algún lugar próximo o mi entorno directo por prejuicios o comparaciones? ¿Conozco realmente el lugar? ¿En qué me beneficiaría darle una oportunidad?

◊ ¿Cuánto tiempo y qué grado de compromiso quiero entregar a esta relación? ¿Cómo voy a introducir este trabajo en mi rutina?

Para comenzar a dar los primeros pasos en nuestra senda, te propongo a continuación unas prácticas para empezar a conocer al territorio a nivel general.

El carácter del territorio ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

El territorio es un ser vivo con sus propias inquietudes, recuerdos y gustos que, al igual que sucede con las personas, acaban conformando un carácter. Del mismo modo que cuando conocemos a alguien nuevo una de las primeras cosas que comenzamos a ver es su forma de ser, clave para saber si podemos confiar en esa persona o si vamos a encajar con ella, sucede lo mismo con el entorno. Por supuesto, el carácter no se desvela completamente con unos pocos días de relación, sino con años, y hay veces que ni años harán que no nos sorprenda algún rasgo que no habíamos percibido anteriormente. Sin embargo, siempre es bueno tener una idea general de cómo es aquel con el que deseamos tener una relación, sus gustos, su forma de reaccionar frente a diferentes estímulos o lo que podemos esperar de él hacia nosotros.

El carácter del territorio es variable debido a que posiblemente no interactuamos con los mismos espíritus siempre y todos tenemos días más o menos sociables, pero sí podríamos decir que existe una línea general más allá de eso. Podemos entender que esa línea general es el reflejo del *genius loci*, el numen que representa el lugar (del que hablaremos en el apartado de «Espíritus y

Aliados») y que toma sus atributos del cúmulo de espíritus, historia y características del sitio. El pasado del lugar y su relación tradicional con el ser humano, motivo por el cual es importante conocer su historia, determina mucho este carácter general y su apertura a tener una relación cordial con las personas. Sus características físicas también son una interesante pista de su temperamento, puesto que no es lo mismo una montaña agreste y escarpada que un prado en un valle. Para evitar humanizar en exceso a la hora de intentar comprender estos aspectos del territorio, podemos pensar en él como si fuera un animal frente a nosotros. ¿De qué forma reaccionaría?

Aquellos lugares que han sufrido explotación, problemas o eventos traumáticos por parte de los humanos suelen estar resentidos, distantes o apáticos hacia nosotros, y suele costar un poco ganarse su confianza e involucrarlos en actividades comunes. Son como un perro que ha sufrido maltrato, y requieren de un trabajo y de una voluntad muy activa de ayudar para comenzar a ganarse su colaboración.

Si el lugar necesita alguna ayuda física que nosotros podemos proporcionarle (por ejemplo, necesita manos para quitar basura), puede estar más activo hacia nosotros con el fin de hacérnoslo saber. Igual que nosotros nos acercamos a él cuando necesitamos su ayuda, él también se acerca más a nosotros cuando requiere algo de nosotros.

Por lo general, hallaremos contraste entre los espacios que están acostumbrados a la acción humana y los que no. Muchos bosques de montaña con poca afluencia de personas suelen ser más ariscos, como animales salvajes, algo que en muchas ocasiones veremos reflejado también en su orografía escarpada y su peligrosidad. Por contra, aquellos que tienen un contacto diario con las personas acostumbran a ser más afables y dispuestos a interactuar. Las personas también notamos esto de forma intuitiva, y solemos pasear por aquellos espacios que nos resultan más agradables física y energéticamente.

Un ejemplo curioso con el que me he topado varias veces es que muchos bosques de carácter abierto a interactuar son en realidad bastante jóvenes, fruto de que la industrialización y el declive de la agricultura produjeron que se abandonaran campos de cultivo. Una pista para determinar esto, además de evaluar las características del bosque y sus árboles (lo que requiere conocer más información técnica), es buscar fotografías antiguas de la zona o restos en el mismo bosque, como muros bajos que delimitaran campos o bancales. Estas tierras que antaño fueron cultivadas de forma tradicional a menudo están

acostumbradas a una interacción positiva con el ser humano y a una relación de simbiosis, porque eran cultivadas, abonadas y regadas y se atendía a los espíritus locales con prácticas de culto. Además, las zonas que antaño fueron conreos, sobre todo si aún son prados, contienen muchas especies vegetales y animales que están adaptadas y se benefician de vivir de forma silvestre alrededor de los cultivos y de la acción humana. Son especies y entornos con los que, por lo general, será más fácil tener una relación amistosa.

El folclore, por supuesto, también habla mucho del carácter de un lugar. Si en un espacio se atestiguan muchas historias o leyendas de demonios o seres feéricos podemos considerar que posiblemente en él habiten númenes muy activos, o si en un lugar abundan las historias inquietantes, puede que no seamos bienvenidos en él.

Esto solo son aspectos frecuentes acerca de los cuales podemos hacernos una idea de nuestro caso, pero cada territorio es un mundo y solo podremos comprobarlo a base de conocerlo.

Práctica 1. Conociendo al territorio ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

El primer ejercicio que quiero proponerte es que describas, bajo la experiencia de la interacción que has tenido hasta el momento, cómo te parece que es el carácter de tu territorio. Comienza a nivel intuitivo. ¿Te parece amable? ¿Sientes que te vigila? ¿Es reservado? ¿Hay lugares concretos que te transmitan más una sensación determinada, por ejemplo áreas que se sienten más inquietantes o peligrosas? Te recomiendo que escribas tus respuestas en una libreta que dediques únicamente a tu trabajo con el territorio a fin de poder revisar en un futuro tus primeras impresiones.

Una vez hayas terminado, acude al territorio con la libreta y date un paseo. Intenta percibir qué sensaciones te transmite en relación a su carácter. No busques confirmar lo que ya has escrito, intenta buscar qué encaja y qué difiere. Seguramente, comprobarás que quieres modificar, retirar o añadir información a tu primer texto. Busca un lugar cómodo para poder escribir y redacta tus nuevas impresiones estando presente en el entorno. En este ejercicio es útil que escribas tus intuiciones, porque a menudo a través de la escritura intuitiva (es decir, escribir lo que va viniendo sin preocuparnos de hacer una buena redacción o de racionalizarlo todo) podemos canalizar percepciones de las que no nos habíamos dado cuenta conscientemente.

Puedes hacer el ejercicio varios días si no lo tienes muy claro y ver qué impresiones te van quedando tras varios encuentros.

Como segundo ejercicio (puedes hacerlo en el territorio o en casa tras un paseo por él, si te es más cómodo escribir), describe en términos generales su faceta física. ¿Es un lugar de fácil tránsito o cuesta caminar por él? ¿Es llano, escarpado? ¿Es fértil o más bien árido? ¿Cuesta ver más allá en él, como sucede en los bosques espesos, o es claro, luminoso y amplio? ¿Cómo es su acceso al agua? Puedes incluir muy variados aspectos que no solo se refieran a su tierra, sino también al tipo de vegetación o fauna que abunde.

Cuando lo tengas, comienza a releerlo y ve escribiendo en paralelo a qué aspectos de carácter asociarías esas características físicas. Por ejemplo, de una playa grande, cálida y de arena suave podríamos hablar de un carácter abierto, sincero y agradable, pero sin embargo, el mar nos habla de una parte reservada, una cara oculta que guarda sus secretos y no es fácil llegar a conocer. El territorio podría ser amistoso y complaciente mientras respetes los límites de aquello que no desea mostrar, o bien dar una cara buena para que no pienses en su otra cara, oculta y peligrosa. Un mar usualmente agitado transmite algo muy distinto a uno en calma, o a uno en aparente calma pero con fuertes corrientes.

Relaciona estos aspectos más simbólicos con lo que has experimentado en el primer ejercicio. ¿Qué cosas encajan y qué cosas difieren? No busques que cuadre todo de forma forzada, simplemente valora qué conclusiones puedes extraer.

Como tercer ejercicio, investiga el pasado de tu territorio y qué actividades humanas tradicionales existieron en él. Puedes enlazar tus hallazgos con los ejercicios anteriores, y entre todos ir formándote una idea del complejo mosaico que lo conforma.

Evalúa también cada vez que vayas cómo te recibe e interactúa contigo. Ten en cuenta que el estado de ánimo del entorno y la apertura hacia ti puede variar en función del día. ¿Es agradable? ¿Sientes una atención centrada en ti, o más bien indiferencia? ¿Tienes una sensación de hostilidad? ¿Se siente con una energía inusual a la habitual? Algo que determina mucho si un territorio está cómodo contigo es que no se oculte. Si la fauna se deja ver cuando te quedas un rato inmóvil, las aves no se asustan o alarman de tu llegada y simplemente el entorno sigue con su rutina sin que tu presencia lo perturbe notablemente, es una buena señal. Es interesante practicar este ejercicio a lo largo del tiempo y en diferentes horas. La sensación y la aceptación de un lugar puede cambiar enormemente, por ejemplo, entre el día y la noche.

Práctica 2. Los habitantes del territorio ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Si bien se acostumbra a hablar del territorio como una entidad en sí misma, esta entidad está constituida por un conjunto de muchos espíritus. Estos seres, ya tengan una parte física o no, conforman y habitan a su vez en el entorno.

Si has elegido un entorno cercano, conocerás al menos a unos pocos de sus habitantes habituales y, por lo tanto, no estarás partiendo desde cero. La práctica que te propongo es tomar consciencia de aquellos habitantes que conoces ya un poco y que podrán ser tu primer eslabón para acercarte al lugar. Con ellos podrás conformar tus primeras relaciones amistosas. Este ejercicio, además, te será útil para quitarte el velo de los ojos y percibir el entorno de forma más completa, percatándote de muchos elementos que te habían pasado desapercibidos.

Toma tu libreta y escribe, de memoria, una lista de diez habitantes vegetales del territorio. Intenta recordar un lugar y una época del año en el que los hayas visto y apúntalo junto a ellos.

Cuando termines la lista o no logres recordar más, repite la lista pero con habitantes animales.

Tras ello, escribe una lista de diez minerales o tipos de roca que puedas encontrar en tu entorno. Si te resulta difícil, recuerda que puedes escribir, por ejemplo, tipos de tierra o elementos de piedra. Por ejemplo: tierra arcillosa, gravilla de río, cemento, dolmen... En este apartado, aunque no sean rocas, puedes incluir también las conchas marinas como elementos minerales.

Finalmente, escribe cinco tipos de espíritus o habitantes intangibles del territorio. Puedes incluir muertos, criaturas mágicas del folclore, santos locales, deidades antiguas del lugar...

Cuando hayas terminado tus listas, acude a pasear al territorio y observa. Probablemente verás o recordarás muchos otros habitantes dentro de estas categorías en los que no habías caído de primeras. Añade todos aquellos que vayas redescubriendo, y observa si los que habías mencionado, especialmente los vegetales, están presentes en ese momento.

Una vez hayas terminado de todo, tendrás unas interesantes listas de potenciales espíritus con los que empezar a trabajar y buscar una alianza. Puedes elegir los que más te llamen la atención y comenzar a investigar sobre ellos.

Como segundo ejercicio, busca con los medios teóricos que necesites diez especies vegetales y animales más que supuestamente deberían estar en tu área.

Puede resultarte de ayuda averiguar si tu zona está incluida en alguna base de datos de la biodiversidad consultable en línea. En mi zona, por ejemplo, existen herbarios virtuales, listados de flora y fauna, bancos de datos con las especies registradas por cuadrantes geográficos...

Consulta también qué minerales y tipos de suelo se pueden encontrar, e intenta averiguar uno o dos espíritus locales más si te es posible. Apúntalo todo en la libreta. Con esta información nueva, cuando acudas al territorio, podrás dirigir tu atención a ver si encuentras esos nuevos elementos. Probablemente no los halles todos, ya sea porque sean difíciles de ver, tengan carácter estacional o simplemente no estén en esa pequeña zona concreta. Marca en tu lista los que sí para tenerlos presentes, apuntando el lugar concreto en el que los has hallado, y aquellos que no aún los podrás tener en cuenta cuando explores otros lugares fuera de tu territorio principal de trabajo.

Ciclos naturales, ciclos tradicionales ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Un aspecto que nos acerca mucho al territorio y que resulta básico en esta senda es tomar consciencia de sus ciclos. Todos tenemos en mente una imagen típica de las estaciones, pero a menudo esta concepción es genérica y llena de tópicos que no representan la realidad de nuestro entorno, lo que sesga mucho su verdadero conocimiento. Evidentemente, los ciclos de un lugar no se comprenden en poco tiempo; ni siquiera varios años permiten conocerlos de verdad. Siempre quedarán cosas por aprender, elementos que nos sorprendan y variedad entre un año y otro que hará que cada vuelta al sol presente sus particularidades. Sin embargo, eso no quiere decir que no podamos observar y comprender esa danza cada vez un poco más y ver los aspectos comunes dentro de los parámetros habituales.

No existen ejercicios para conocer rápidamente los ciclos del lugar donde vivimos, pero este es un tema apasionante para llevar un estudio constante. El único secreto es observar día a día el territorio, sin esperar nada o pretender que quepa en nuestra concepción teórica predeterminada. Para esto, y ya que cuando pasa el tiempo es muy fácil que vayamos olvidando parte de lo que hemos visto y nos cueste recordar al año siguiente, es bueno llevar un registro fotográfico o redactado de los cambios que se vayan produciendo en el lugar. Por ejemplo, podemos dedicar un día cada pocas semanas a hacer una pequeña actualización en nuestro cuaderno sobre el estado del entorno: qué clima y temperatura ha hecho, qué especies vegetales han presentado un cambio respecto a un estado

anterior (nacimiento, florecimiento, fructificación...), qué tipo de actividad se ve más, qué especies animales están más activas, qué sensaciones nos transmite el entorno, qué nos ha destacado... Este puede ser un trabajo arduo, así que te recomiendo que no te agobies queriendo abarcarlo todo el primer año. Puedes simplemente observar y apuntar lo que te destaque cuando te apetezca. Poco a poco, iremos conociendo cómo se expresa nuestro territorio a lo largo del tiempo y llegaremos a apreciar sus elementos más representativos, que anuncian cada momento anual sin necesidad de consultar calendarios.

Si quieres profundizar más en el ciclo sagrado de la naturaleza o deseas

algunos ejercicios concretos para ir desarrollando tu conocimiento del mismo, tienes varios en mi libro *En mi bosque interior*. En este libro, debido a que ya tocamos bastante el ciclo natural en el anterior, quiero plantearte otro enfoque interesante del ciclo anual que puede enriquecer mucho nuestra práctica: el ciclo de actividades tradicionales y su calendario de festividades locales.

Como hemos comentado con anterioridad, los ciclos naturales fundamentaban la forma de vida de la comunidad y, por lo tanto, las actividades tradicionales acostumbran a estar íntimamente ligadas a ellos. Los ciclos del entorno determinaban el ciclo agrario, el ciclo pastoral y, en general, la obtención de recursos para la actividad económica principal de cada zona. Determinaban también las rutinas, los periodos de ocio y todo lo que conformaba las costumbres del pueblo. Conocer estas dinámicas proporciona a menudo mucha más información y posibilidades de conectar con la naturaleza que solo celebrar ciertas fiestas puntualmente, porque las festividades pierden el sentido si no se comprenden como parte de un contexto que nos involucra siempre, no solo de forma esporádica. Por supuesto, no es posible ni necesario para todos retomar un estilo de vida «tradicional», ni tampoco todas las tradiciones tienen cabida en nuestra ética actual, pero conocer el ciclo de rutinas y actividades tradicionales (¡y también modernas!) ligadas al territorio resulta una gran vía para comprenderlo en su relación con las personas.

Dentro de este marco, ahora sí, hallamos las celebraciones. Las celebraciones no eran un fenómeno aislado como sucede a menudo ahora. Eran eventos destinados a marcar hitos anuales que suponían cambios en las rutinas y que, más allá del ocio, también solían estar motivadas por una voluntad de propiciar algo necesario para la comunidad, como protección o buenas cosechas, ganándose el favor o apaciguando a esas fuerzas del entorno para el beneficio de la comunidad.

En las festividades tradicionales del territorio, encontraremos principalmente las celebraciones de carácter religioso o litúrgico y las celebraciones de carácter agrario, pastoral o referentes a las ocupaciones principales del pueblo. Sin embargo, esta separación entre lo religioso y las actividades rutinarias es una división meramente teórica. Desde tiempos precristianos, en que la existencia física no se concebía separada del mundo espiritual, las prácticas religiosas eran el medio de comunicación entre el ser humano y todos los espíritus que, a su alrededor, influenciaban el mundo físico y determinaban su vida. La religión estaba ahí para propiciar la supervivencia en los momentos clave del calendario de actividades, que se comprendía claramente dependiente de esas fuerzas

naturales, de esos espíritus. En la siembra, la práctica religiosa estaba presente para la bendición de los cultivos; al comenzar la temporada de campaña militar, también lo estaba para propiciar la colaboración de las deidades en las guerras, y así para cualquier evento importante.

Tras la llegada del cristianismo, a diferencia de lo que nos pueda parecer, las cosas no fueron tan distintas. La religión seguía teniendo que responder a las necesidades, la forma de vida y las costumbres del pueblo, íntimamente ligadas al territorio y a sus ciclos. Por ese motivo, las festividades religiosas cristianas, en un principio no consecuentes con todo esto al llegar de un entorno ajeno, tuvieron que adaptarse para hallar su lugar. Aún tras su conversión aparente, la población se negaba a dejar atrás sus antiguas prácticas religiosas y espirituales, especialmente en el ámbito de las actividades ligadas a la supervivencia: hechicería para la protección en ciertas fechas, ofrendas en ciertos lugares, ritos propiciatorios agrarios... dichas prácticas se creían indispensables para el éxito de su sistema de vida y abandonarlas significaba estar desamparado y a merced de las fuerzas intangibles más destructivas.

En este contexto, resultaba evidentemente muy difícil convencer de abandonar las tradiciones religiosas si no se proponía una alternativa a cambio que supliese su función. Tras intentar prohibir sin éxito estas costumbres populares, finalmente la nueva religión halló su vía a través de ampliar su abanico de prácticas permitidas, sustituir elementos y, en definitiva, amoldarse a los requerimientos de cada pueblo. Así se fue estableciendo un nuevo calendario lleno de festividades y santorales en primera instancia no contemplados por la doctrina, pero que tomaron importancia al sustituir o dar validez a aquellos elementos que el pueblo celebraba en esas fechas antes de su conversión.

Es por este motivo que, lejos de lo que nos pueda parecer, el calendario litúrgico cristiano es un calendario que a nivel teórico puede aparentar ser genérico y distanciado del entorno, pero que en la práctica popular, en la verdadera expresión religiosa de una comunidad, está íntimamente ligado al territorio. Tiene sus particularidades en función de la forma de vida y las creencias espirituales que eran importantes en cada lugar y, si se sabe ver de la forma adecuada, supone un verdadero vehículo de prácticas paganas mantenidas hasta el día de hoy.

Práctica 3: El ciclo de tu territorio ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Además de llevar el registro propuesto del ciclo natural, te planteo diversos puntos de partida para incluir en tu práctica y ampliar tu conocimiento de los ciclos del entorno:

Averigua cuál era la principal actividad económica tradicional en tu territorio (obviamente, puede haber más de una, pero puedes centrarte primero en la más frecuente, por ejemplo, la agricultura). ¿Qué particularidades tenía en tu zona? ¿Qué prácticas suponía a lo largo del año ese trabajo, cómo variaba en función de cada estación? En el caso de la agricultura, por ejemplo, puedes indagar acerca de qué cultivos eran más comunes, cuándo era tiempo de siembra y de cosecha (por ejemplo, lejos del tópico de que la siembra es en primavera, en mi territorio muchos cultivos se siembran en diciembre). De ahí puedes extraer conclusiones muy interesantes, como que en las épocas de menos trabajo en el campo se disponía de más tiempo de ocio y se practicaban otras tareas y costumbres, como bailes populares o las fiestas mayores de los pueblos.

Si aún quedan personas que practiquen esa actividad, puedes interesarte por cómo la llevan a cabo y aprender de qué forma se relacionan ellas con los ciclos naturales del entorno. Puedes irte fijando en cómo se desarrolla a lo largo del año y, del mismo modo que con el entorno natural, llevar un registro de los cambios.

Averigua cómo afecta dicha actividad al entorno. ¿Qué impacto negativo tiene? ¿Y positivo? ¿Qué es lo que aporta dicha actividad al territorio, o de qué forma algunas especies se benefician de ella? Puede que te sorprenda, pero muchos oficios tradicionales no suponen una mera explotación del medio, sino que han llegado a formar una especie de simbiosis con él que beneficia de forma mutua. Por ejemplo, el pastoreo y la agricultura tradicional proporcionan prados que son el hábitat de muchas especies vegetales que alimentan infinidad de insectos, y que estos a su vez alimentan un gran número de aves. La reducción drástica y repentina de estas actividades tradicionales a las cuales el entorno se había acostumbrado ha supuesto una enorme reducción de la biodiversidad en muchos lugares, produciendo un notable desequilibrio. No es que nuestra actividad tradicional fuera buena o inocua en sí misma, ya que esos prados se abrían en detrimento de otros ecosistemas como el bosque, pero se situaba en un punto de equilibrio y estabilidad en el medio. Afectaba al entorno, como lo afectan todas las especies, pero causando un impacto asumible para el ecosistema y el mantenimiento general de la biodiversidad. Es a partir del siglo XIX, a raíz del enorme cambio social y la aceleración del estilo de vida de la producción que supuso la industrialización, que se abandonaron las prácticas habituales y se disparó el impacto humano sobre el medio.

Ver de qué modo se mantenía un equilibrio con el entorno a través de las actividades tradicionales en tu territorio puede suponer un aprendizaje muy constructivo para tu práctica, pues es tener un ejemplo local de cómo responsabilizarnos de nuestro impacto y cómo podemos contribuir a él para mantener el equilibrio respecto a lo que nos proporciona.

De todos modos, es interesante comprender también la actividad industrial tradicional de tu área y no omitirla en el estudio. Ha formado parte igualmente de la relación de la comunidad con el entorno, y ha generado un impacto sobre él que vale la pena conocer.

Otra propuesta para conocer los ciclos tradicionales de tu área de trabajo es identificar y reconocer sus celebraciones importantes. Algunas de ellas serán muy evidentes y tendrán un equivalente en la rueda del año neopagana, como San Juan-Litha o Navidad-Yule, pero existen muchas a las que probablemente no habías prestado atención y que, sin embargo, antaño, o incluso a día de hoy, han sido un gran evento para el pueblo.

No te dejes disuadir porque sean celebraciones con elementos cristianos si no te convence esa religión. Recuerda que las celebraciones están en la mayoría de casos para cumplir una función espiritual para el pueblo que a menudo es la misma sea una comunidad pagana o cristiana, como protección, bendición de las cosechas o ganarse el favor de un espíritu local. Además, estas celebraciones contienen en enorme medida elementos y prácticas paganas que desconocerás si no te acercas a investigar la fiesta cristiana a través de la que han sobrevivido. Involucrarse en una celebración o práctica que contiene algunos elementos cristianos de por medio no comporta que tengas que asumir su doctrina: tú tienes tus propias motivaciones, como son comunicarte con el entorno mediante fórmulas que él reconoce porque llevan siglos practicándose de ese modo, llevar a cabo prácticas paganas que no han sobrevivido por otros medios o implicarte en el mantenimiento de tradiciones locales que te parezcan bonitas o interesantes.

Para comenzar este estudio te recomiendo que de primeras hagas un listado de las celebraciones que ya conozcas y las sitúes en una rueda en la que marques algunos puntos de referencia, como los solsticios y equinoccios o los doce meses. Así podrás tener una visión global de las celebraciones anuales. Piensa también en las fiestas menos marcadas a nivel teórico pero que resultan todo un evento en tu zona: ferias, fiestas mayores del pueblo...

Puedes partir por investigar las fiestas que hayas recordado. Personalmente, te recomiendo que no quieras estudiarlas de golpe, sino que las vayas preparando

conforme se vayan acercando, por ejemplo, desde un mes antes. Este es un proyecto bonito porque te permite profundizar más que si las quieres abarcar todas a la vez y, además, el trabajo de buscar información sobre ellas, conocerlas y prepararlas se va introduciendo en su energía para finalmente llegar a ellas con ilusión e idear actividades que llevar a cabo. La gracia de este estudio, al final, es que te animes a participar en aquellas que te resuenen o sean importantes para el lugar, pudiendo adaptarlas a tus necesidades y llevar elementos de las mismas a tu terreno.

Una vez tengas las más conocidas, puedes ir un paso más allá e investigar sobre aquellas que te habían pasado más desapercibidas. Un punto de partida es buscar en el ayuntamiento el calendario de días festivos de tu pueblo, ya que muchos de esos días hacen referencia a algún tipo de celebración local aunque hoy en día se haya perdido. De ahí ya puedes consultar en las fuentes que tengas al alcance, como costumbrarios o preguntar a personas mayores qué se hacía o sigue haciendo en ellas. Puedes investigar también el calendario litúrgico y averiguar qué particularidades locales se dan en esas fiestas que puedan indicar un trasfondo mágico o de culto a númenes del territorio: ¿se acude a algún lugar concreto, como una fuente? ¿Se deja un tipo de ofrenda en particular? ¿Se usan determinadas plantas?

Otro punto interesante es investigar las fiestas de un gremio importante en tu zona. Muchas de ellas contienen elementos propiciatorios, prácticas de magia y vestigios tan antiguos como el mismo oficio. Por ejemplo, en varios pueblos cercanos al mío los agricultores «plantan un mayo», es decir, erigen un álamo que esa misma mañana se tala y descorteza en la plaza del pueblo el 1 de mayo, una costumbre que, aunque ya más bien mantenida por tradición, tenía la motivación de contribuir a la fertilidad de los campos.

Conforme vayas estudiando, conociendo e involucrándote en estas celebraciones, descubrirás que tu territorio tiene su propia rueda del año, una que se aleja de las generalidades y contiene celebraciones y prácticas íntimamente ligadas a las necesidades de aquellos que habitan el entorno y a los espíritus que lo gobiernan. Puedes añadir esas fechas al esquema circular e ir formando así el calendario de eventos importantes de tu tierra, la rueda de tu territorio. Esta conclusión, que acabará variando en el tiempo dependiendo de las celebraciones con las que sientas mayor conexión (¡no es necesario que celebremos todo siempre, no es un horario laboral que toque cumplir!), es un fruto muy valioso que puede aportar un pilar muy importante a tu senda.

El servicio al territorio ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Para cruzar la barrera del mero observador y comenzar a interactuar con el territorio vamos a hablar de uno de los puntos más importantes de la práctica, que ya habíamos mencionado como base: el servicio al territorio.

El servicio al territorio es en primera instancia una consecuencia lógica del amor por la naturaleza y por el entorno que nos rodea. Es natural querer cuidarlo, preservarlo y ayudarlo, y al hacerlo no esperar una retribución directa a cambio. Nos entregamos a ello por afecto y por respeto.

En el caso del territorio, sin embargo, se añaden componentes extra que convierten el servicio a él en algo aún más lógico a nivel práctico: el territorio es parte de nosotros y nosotros parte de él, y todo el daño que le hacemos es daño que nos hacemos a nosotros mismos. Él es el origen de todo lo que nos sustenta como especie y como individuos, y su degradación representa la degradación de nuestros recursos y nuestras posibilidades de supervivencia. El sistema económico y social actual ya contribuye a que no nos demos cuenta (o no queramos darnos cuenta) de ello, destruyendo en nuestro beneficio lugares lejanos que no vemos en el día a día y creando así la ilusión de que nuestro consumo no tiene un impacto directo sobre el mundo que nos rodea. Sin embargo, ni eso es ético, ni tampoco se puede disimular la realidad del daño que también se produce a nuestro alrededor.

Para establecer y mantener una relación positiva con cualquier persona, ser o entorno, es necesario que ambas partes quieran y que ambas partes tengan algo que aportar. En este caso, somos nosotros los que deseamos el acercamiento, por lo que procede que sepamos qué podemos ofrecer al entorno y seamos nosotros los que en primera instancia nos entreguemos y busquemos ganarnos su confianza a base de proporcionarle un beneficio. Desde este momento, te animo a tomar el cargo que te ofrezco: conviértete en guardián y aliado de tu territorio. Haz un voto contigo mismo y comprométete a entregarte a tus funciones: conócelo, cuídalo, protégelo y asístelo en su necesidad.

Práctica 4. Las necesidades del territorio ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

La mejor forma de comenzar en esta tarea es dedicarte a identificar en primera

instancia las necesidades, problemas y requerimientos del territorio. Solo así podremos dirigir nuestra energía a donde de verdad se requiera y nos aseguraremos de no estar creando un daño mayor creyendo estar ayudando.

Estas necesidades que requieren de nuestra actuación pueden ser de lo más evidentes y de relativa fácil resolución, como la presencia de basura en el monte, pero también pueden ser procesos muy complejos que involucren intereses de grandes organizaciones o al que todo el sistema social y económico contribuya. La sensación de ir contracorriente y de ser insignificante frente a la magnitud del problema puede ser abrumadora, pero no es motivo para no hacer nada. Aunque sea, se puede luchar por dejar de contribuir uno mismo a esa rueda, y dedicar los esfuerzos más activos a otros frentes que uno se vea más capaz de enfrentar. Solo tú sabes a qué causas sientes que puedes contribuir más y de qué forma puedes involucrarte en ellas. Usa tus recursos y tu energía de forma inteligente y, aunque no puedas hacer lo que te gustaría hacer si tu situación fuera óptima, haz algo.

Como primera parte de esta práctica, te animo a que realices una pequeña investigación acerca de las problemáticas que se presentan en tu entorno elegido. Algunos puntos que puedes incluir son:

◊ Problemas ecológicos, a fin de evitar contribuir a ellos o trabajar por contrarrestarlos. Algunos frecuentes son la contaminación del entorno, la desforestación o la falta de bosques maduros, la presencia de basura en el entorno natural, mal uso del agua, sobrepoblación de una especie en detrimento del equilibrio del ecosistema...

◊ Especies animales y vegetales en riesgo: un punto que me parece imprescindible para la práctica. Debes conocer qué especies están amenazadas en tu zona para evitar contribuir a su pérdida y saber qué y dónde no puedes recolectar. Averigua sus necesidades y de qué forma puedes contribuir a su desarrollo.

◊ Problemas sociales y culturales: el pueblo es también parte de un territorio, y puede que la causa que más te involucre sea realizar una una acción social y ayudar a los demás. Lo que es innegable es que los problemas sociales y culturales son un eslabón más en la rueda del entorno, y como tal tienen un gran impacto en el resto de elementos que lo conforman. La falta de educación medioambiental, la pobreza y la escasez de oportunidades y recursos para algunos colectivos son un buen ejemplo de ello.

◊ Problemas causados a raíz de la explotación que se practique cerca de tu zona y quién lleva a cabo dicha explotación.

Una vez conozcas estos problemas y necesidades del territorio, reflexiona sobre cómo puedes disminuir tu contribución a ellos y qué puedes ofrecer tú como aliado del territorio. Esto puede depender mucho de la zona y de tus posibilidades, pero aquí te van algunas ideas básicas:

◊ ¿A qué contribuyes con lo que consumes? Comprar algo es contribuir a las dinámicas de la empresa que lo produce. Eres responsable de lo que compras y de lo que el producto supone para el medio, desde la obtención de los recursos hasta que llega a tus manos. Si no estás de acuerdo con la política utilizada para ello, ya sea por las condiciones de los trabajadores, la forma de obtención de la materia prima, la contaminación que causa su producción y transporte o los residuos que genera no contribuyas a ello, busca alternativas que respeten mejor lo que consideras importante. Por otro lado, reduce tu compra de embalajes y productos de un solo uso o de plástico y valora, antes de comprar compulsivamente, si de verdad necesitas lo que vas a comprar. Estos puntos son uno de los que más resistencia producen a mucha gente, porque nos cuesta mucho renunciar a nuestras dinámicas no sostenibles en detrimento de nuestra comodidad. Los productos sostenibles suelen ser más caros, y es más práctico usar cosas fáciles de encontrar en cualquier tienda o de usar y tirar. Ser más sostenibles en una sociedad cuyo confort depende de no serlo es un sacrificio de tiempo, económico y de comodidad. No se requiere que sacrifiques algo que no puedas permitirte, pero sí que consideres qué sacrificio sí puedes hacer por aportar a ese bien mayor que te resulta importante.

◊ ¿De qué forma contaminas tu entorno directo? ¿Puedes reducir tu impacto, por ejemplo, andando, yendo en transporte público o en bicicleta en algunos viajes que acostumbras a hacer en coche?

◊ ¿De qué manera haces la vista gorda a los problemas del entorno o no actúas cuando deberías hacerlo? Esto puede ir desde algo muy grande, como seguir contribuyendo a una industria que sabes que no te resulta ética por pereza o costumbre cuando tienes la posibilidad de dejar de hacerlo, a cosas más pequeñas y cercanas, por ejemplo, no recoger basura que encuentras en la naturaleza, no llamar la atención a niños que están maltratando el entorno o no denunciar una situación que lo requiere. A menudo, también nos excusamos bajo el todo o nada: como no puedo cambiarlo todo, no hago nada. Sin embargo, esa es otra forma de hacer la vista gorda: cada pequeña acción tiene su peso, quizá no actúes de la forma ideal siempre, pero con que lo hagas algunas veces ya estará siendo mucho más que no hacer nada. ¿De qué forma puedes implicarte más en ello?

Cabe decir que las medidas para reducir nuestro impacto son importantes, pero son solo el eslabón de base del que partir. Lo que realmente resulta un servicio al territorio es que contrarrestes, que contribuyas a una causa por él, que luches por solucionar sus problemas de forma activa. Esta es, en mi opinión, una condición indispensable para esta senda, y supone la verdadera alianza con el entorno. De nuevo, la forma en que puedas contribuir depende enteramente de las necesidades de tu entorno concreto y de tus posibilidades, pero creo firmemente que existen posibilidades para todos, por ejemplo:

◊ Consume producto de la tierra. Aliméntate de tu territorio, ayuda a mantener viva la agricultura y los oficios tradicionales de la zona que coexisten de forma respetuosa con el medio. Esto contribuye a un sistema de vida menos agresivo para el entorno, reduce mucho el impacto que produce el transporte desde zonas lejanas y da apoyo a personas que en la mayoría de casos comparten tu punto de vista y cuidan el lugar. Además, vivir de lo que el territorio nos da y ver de dónde salen nuestros recursos produce una enorme conexión con él y contribuye mucho a ser conscientes de su importancia y de nuestro impacto.

◊ Haz trabajo de campo. Ve a limpiar el monte, haz voluntariado en alguna iniciativa que ayude al medio como plantar árboles, tareas de vigilancia, ayudar en la protectora de animales local... Si no tienes tiempo para contribuir tú directamente puedes también hacer donativos para que otros tengan medios para hacerlo.

◊ Participa y transmite las costumbres locales y las tradiciones que consideres enriquecedoras. Leer la teoría es interesante, pero solo llevándolas a cabo, compartiéndolas y contagiando tu entusiasmo por ellas podrán seguirse manteniendo vivas. Este trabajo es especialmente valorado por los muertos locales y los ancestros, y resulta un buen punto de partida para dirigir un trabajo hacia ellos.

◊ Cultiva plantas autóctonas en tu jardín o balcón. Si te es posible, toma las semillas del entorno tú mismo y así te aseguras de que la especie sea correcta y de que el clima sea el adecuado. Esto contribuye a la supervivencia de un gran número de especies locales que se alimentan de ellas, principalmente insectos y aves, y que son a su vez necesarios para otras especies. Esos mismos animales son capaces también de reproducir tu planta por el entorno distribuyendo sus semillas, motivo extra para preferir especies autóctonas a otras exóticas que puedan desequilibrar el ecosistema.

◊ Divulgación y educación. Si tienes conocimientos especializados de algún

tema afín al trabajo de territorio (cultura, medio ambiente, historia, oficios tradicionales...) tu labor divulgando puede aportar mucho a crear una sociedad más concienciada y respetuosa. Hoy en día, con internet, existen muchísimas posibilidades y plataformas para que tus conocimientos tengan visibilidad y generen un impacto. Otras posibilidades fuera de la red pueden ser dar charlas, organizar talleres, ir a las escuelas, crear iniciativas...

◊ Activismo. Además de divulgar, realizar actos de protesta y denunciar públicamente puede contribuir a visibilizar problemáticas a las que no se les presta la atención necesaria. Al hacerlas más visibles y presentar oposición, se puede lograr que muchas otras personas se impliquen y encender el motor del cambio.

◊ Ayuda mágica: si practicas alguna disciplina mágica, tienes en tus manos una poderosa herramienta para ayudar al medio. Puedes practicar hechizos de sanación en territorios maltratados, atar, maldecir o dificultar el trabajo a aquellos que perjudican el entorno, hacer ritos de fertilidad, establecer protecciones mágicas en ciertos espacios, proporcionar energía... Ya que tomamos mucho de nuestro poder personal del entorno, es justo devolverle parte de nuestra magia en formas que le puedan beneficiar.

La ofrenda

Después de hablar del servicio al territorio, podemos tratar una de sus expresiones más comunes en el ámbito del trabajo espiritual desde la más remota antigüedad: la ofrenda. La ofrenda es la entrega de algo que para nosotros es importante como gesto de respeto a aquellos seres con los que deseamos interactuar. Normalmente, se realiza en contextos de devoción para mostrar reverencia y afecto, como agradecimiento por un beneficio otorgado, como pago en un intercambio, para compensar una ofensa o para propiciar una buena predisposición hacia nosotros.

El concepto de la ofrenda ha estado siempre en mayor o menor medida ligado al de sacrificio: dar algo significa quitárnoslo voluntariamente a nosotros mismos. El peso del sacrificio reside precisamente en que entregar un elemento que para nosotros es importante o valioso, como solía ser antaño un animal o una parte de la cosecha, lo convierte en un regalo de peso: muestra, en primer lugar, que lo que se está entregando no es cualquier cosa, sino algo preciado y de calidad, lo que habla de respeto a aquel al que se le entrega. A nivel simbólico, implica además que tenemos fe y confianza en ponernos en sus manos al renunciar a algo que necesitamos y aceptar lo que quiera disponer para nosotros, lo que se considera de nuevo un gesto de deferencia.

Hoy en día, las ofrendas han cambiado mucho respecto a lo que eran, y estamos poco familiarizados con lo que supone un sacrificio real. Lo que antes tenía un gran valor, como un cesto de fruta, ahora no nos supone nada. No es necesario que todas las ofrendas deban suponer una gran pérdida para nosotros, y de hecho, la mayoría, a menos de que se trate de una circunstancia especial, no lo serán. Sin embargo, al ofrendar, sí debemos considerar qué estamos dando de nosotros y cuánto nos estamos implicando. Si quieres ofrendar un pan, ¿tiene más valor que lo hagas tú o que lo compres? Y si lo compras, ¿es lo mismo regalar el más barato o buscar el de mayor calidad, aunque cueste algo más? Evidentemente, y más cuando ya hay cierta confianza, el detalle es lo importante, y no es tanto que la ofrenda sea objetivamente buena como que sea algo en lo que te hayas implicado dentro de tus posibilidades.

Una ofrenda, por lo tanto, no tiene que ser algo material, y menos cuando

tratamos en un marco espiritual: una ofrenda puede ser nuestro tiempo, nuestra energía, nuestra creatividad, hacer un servicio o contribuir a cualquiera de las opciones que hemos considerado en el apartado anterior.

Otro aspecto importante a valorar al preparar una ofrenda es preguntarnos si resulta útil, necesaria y adecuada a aquel al que se entrega. Si bien siempre se valora recibir un regalo hecho con amor, no a todos nos gustan ni nos sirven las mismas cosas, y aunque el gesto sea bueno, quizá no tiene el impacto o la respuesta que deseamos si es inadecuado. Muchas de las ofrendas típicas, como la comida y las bebidas alcohólicas, resultan adecuadas para los muertos o ciertas deidades, pero en cambio son nocivas para los habitantes del territorio. Dejar comida en la naturaleza es un asunto delicado: muchos de nuestros alimentos contienen ingredientes y compuestos perjudiciales para gran cantidad de especies. Además, en algunas zonas, como sucede en las áreas de sobrepoblación de jabalíes, puede contribuir a magnificar desequilibrios del medio. Nuestra buena intención de poco vale si en vez de beneficiar, perjudica.

Para formar una ofrenda de valor debemos conocer esas necesidades del territorio y ser capaces de proporcionar algo útil para él, algo de su verdadero agrado. Una vía para esto, sobre todo cuando queremos trabajar con un numen concreto del territorio, es comprobar qué se dice de él, de sus gustos y de su culto en el territorio. Por ejemplo, abunda la creencia de que a los seres feéricos les encanta el dulce, pero también sabemos que el azúcar refinado no es bueno para muchos animales que podrían comerse la ofrenda. Una alternativa que podría conciliar estos distintos aspectos sería usar una pequeña cantidad de miel comprada a un apicultor local.

Sin embargo, quitando el culto a ciertos espíritus concretos, en el culto al territorio pocas veces veremos que lo realmente útil o necesario sea dejarle un elemento material; por lo general, no necesita que le añadamos nada ni le demos ofrendas de comida o regalos, porque ella ya se provee a sí misma sin necesitar a los humanos; lo que necesita es que le quitemos nuestra basura y nuestro exceso de explotación.

Llegados a este punto, es interesante también valorar un enfoque típico de las ofrendas que abundan hoy en día. A menudo, entregamos ofrendas a un espíritu solo cuando adquirimos algo concreto de él, por ejemplo cuando recolectamos una planta. No está para nada mal dar algo en el momento de recibir algo, y es una acción que yo llevo a cabo muy a menudo, por ejemplo, llevando un poco de agua para regarla. Sin embargo, nuestra relación con esa planta, ese espíritu o ese

entorno no depende ni termina en el momento en que hacemos ese intercambio. Si creemos que con eso «ya hemos cumplido» y no involucramos nada más, por mucho agradecimiento que queramos mostrar al dar la ofrenda, lo que estamos haciendo es una especie de compra, un acuerdo. De nuevo, eso no es malo, y es perfectamente válido y útil sobre todo en situaciones en las que no tenemos una relación cercana con el espíritu con el que tratamos. De hecho, en el apartado «El pacto y la alianza», hablaremos de este tipo de transacción. Aun así, si lo que queremos es una relación más allá de lo meramente comercial, en una relación de complicidad no solo damos cosas en los momentos en los que queremos pedir algo, sino que nos entregamos siempre a esa relación. La cuidamos, le damos aquello que necesita sin esperar nada a cambio y no nos sentimos obligados a entregar algo concreto cuando se nos hace un favor, porque ya nos hemos implicado en ella de otras formas. Una ofrenda dada a cambio de su ayuda deja de ser un pago obligatorio, y se convierte ahora sí, de verdad, en un detalle de agradecimiento.

Por todo esto soy partidaria de llevar ofrendas cuando requiramos algo del entorno, pero lo soy mucho más de cultivar una relación en la que sintamos que podemos tomar lo que necesitemos sin tener que pagar, porque ya servimos al territorio día a día y tenemos una complicidad con él. Esto es algo que requiere mucho más de nosotros que comprar unas frutas o llevar una botella de agua, y es más difícil cuando hemos crecido en una sociedad en la que creemos que podemos obtenerlo todo pagando, fácil y rápido. Sin embargo, desde luego, vale la pena.

Pese a lo que hemos comentado, quiero proponerte algunas ideas que pueden ser buenas ofrendas para el territorio en el caso que quieras proporcionarle un detalle concreto más allá del servicio que realices, ya sea para establecer un acuerdo puntual con un espíritu, para agradecer una ayuda o para entregarlas simplemente cuando te apetezca. Cuando tratemos el tema de los aliados, valoraremos otras ofrendas más específicas a cada tipo de espíritu.

◊ Agua: aunque frecuentemente la naturaleza no necesitará de nuestra intervención para obtener agua, el agua es un elemento que por lo general se agradece. Podemos usarla cuando queramos trabajar con una planta concreta o con una zona verde, aunque también nos puede servir para tratar con espíritus locales intangibles.

◊ Infusiones, maceraciones en agua, hidrolatos, aguas florales y jarabes caseros: especialmente para tratar con espíritus locales a los que puedan

complacer ciertas plantas, flores o aromas. Las hierbas y demás ingredientes utilizados para el preparado, evidentemente, deberán haber sido tratados con respeto. Si ofrendamos un agua floral comprada, nos fijaremos siempre en que no tenga alcohol o lo tenga en una proporción máxima del 5 por ciento. En el caso de jarabes caseros no utilizaremos azúcar refinada para su preparación, sino preferiblemente miel local, y no ofrendaremos más que una pequeña cantidad, puesto que la miel es bastante ácida. Bajo ningún concepto verteremos en el suelo maceraciones en aceite.

◊ Cáscaras de huevo molidas: como dice una buena amiga mía, en la naturaleza el calcio es un bien preciado. Podemos moler las cáscaras con un mortero y repartir este preparado por el entorno para que al degradarse vaya soltando poco a poco sus minerales. Procuraremos esparcirlas bien, no acumularlas en un solo punto.

◊ Llevarnos basura: como comentábamos anteriormente, a veces es más valioso para la naturaleza que nos llevemos algo que la perjudica a que le entreguemos algo que en realidad no necesita. Llevarnos basura del entorno es, en mi opinión una de las mejores ofrendas que podemos entregar. Intentaremos en la medida de lo posible separar los residuos a la hora de tirarlos en sus contenedores correspondientes.

◊ Distribuir semillas: una buena forma de ofrendar al territorio o a especies vegetales concretas de él es distribuir sus semillas, y realizar así la función de facilitarles reproducirse. Las semillas las debemos tomar siempre del territorio cuando sus plantas las produzcan (las tomaremos de ejemplares fuertes y sanos, cuidando no tomarlas todas) y repartirlas por el mismo territorio, desde unos pasos más allá de la planta madre a lo que nos abarque un paseo. Procuraremos distribuirlas por zonas que reúnan condiciones de luz, suelo y agua similares al entorno de donde proceden. Jamás debemos distribuir semillas que no procedan del entorno directo ni aunque sean aparentemente de la misma especie, a menos que lo hagamos formando parte de una campaña de repoblación organizada por profesionales. Si no somos profesionales o actuamos bajo sus instrucciones, podemos afectar de forma muy negativa al ecosistema con nuestra buena intención sembrando especies que no le son propias o semillas que proceden de otra zona y que no sabemos si pueden contener cualquier tipo de enfermedad que se transmita a las plantas locales. Al distribuir semillas debemos pensar que nuestra función no es introducir plantas en el ecosistema, es ayudar a que sus plantas se reproduzcan y prosperen.

◊ Arte: esta es una ofrenda de carácter espiritual, y que por lo tanto no suple una necesidad física del entorno. Sin embargo, el arte es una de las herramientas humanas más importantes a la hora de comunicarnos con lo intangible, y el folclore atestigua que es un elemento muy valorado por los espíritus naturales. Para no dejar residuos en el lugar, podemos cantar una canción, leer una carta de alabanza, componer un poema o crear una composición que nos parezca bonita en el suelo usando elementos del entorno (piedras, hojas secas, plumas...).

El pacto y la alianza ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Una vez se comienza a cultivar una relación favorable con el entorno a base de conocerlo y ayudarlo, entramos en el núcleo y la unidad central del trabajo con el territorio: la interacción y la alianza.

La alianza es un concepto clásico en el animismo. Se trata de una relación de beneficio mutuo que se establece entre nosotros y un espíritu o un conjunto de ellos (como es el caso del territorio). Aquí, como espíritu, nos referimos a cualquier habitante del entorno, tenga o no un cuerpo físico: plantas, animales, muertos, *genii locorum*... La alianza, por lo tanto, es algo que se presenta de manera bilateral: es un acuerdo tomado voluntariamente por ambas partes y, por lo tanto, aunque nosotros busquemos que alguien sea nuestro aliado, será ese alguien quien tendrá la última palabra y decidirá si aceptar o no.

Establecer una alianza comporta, ya sea temporal o permanentemente, proporcionarse un intercambio de beneficios. La expresión más simple de esto es el *pacto*: ofrecer algo que le interese al potencial aliado y pedirle a cambio algo que él pueda hacer por nosotros.

El pacto puede resultar un recurso muy útil con espíritus conocidos cuando lo que necesitamos de ellos es algo de notable importancia y que queremos recompensar de manera directa; sería algo así como invitar a un amigo a cenar fuera por habernos ayudado en una mudanza. Sin embargo, algo aún más interesante que proporciona establecer un pacto es que nos permite interactuar de forma positiva con espíritus con los que todavía no tenemos una relación cercana. Este tipo de alianza temporal es una especie de transacción comercial y, por lo tanto, deberemos tener muy en cuenta que se debe ofrecer un pago justo a cambio de lo que se pide. Evidentemente, pretender dar un pago minúsculo es una falta de respeto: a lo mínimo, hará que el aliado esté menos predispuesto a colaborar con nosotros la próxima vez; a lo máximo, tendremos a un espíritu

ofendido y enfadado con nosotros, que a depender de sus capacidades puede traer un amplio y variado espectro de consecuencias poco agradables. No es cuestión de temer que lo que ofrezcamos no vaya a estar en equilibrio absoluto con lo que pedimos, simplemente es cuestión de obrar de buena fe al ofrecer el acuerdo y entregar algo que no resulte absurdo. Nuestro interlocutor decidirá si le interesa, si no o si quiere renegociar los términos (en capítulos siguientes veremos cómo podemos llevar a cabo procesos de comunicación).

El pago, claro está, tiene que resultar atractivo al espíritu y estar pensado para sus necesidades e intereses, puede ser una ofrenda material o un compromiso. Por ejemplo, un compromiso sería ofrecernos a hacerle un servicio periódicamente, o pagar una vez tengamos lo que necesitábamos usando el beneficio obtenido. En estos casos, es de primordial importancia ser realistas al comprometernos a algo y cumplir estrictamente lo acordado.

A modo de resumen, el pacto es una herramienta útil para casos puntuales, para proyectos concretos y para periodos delimitados de tiempo. Sin embargo, no conforma en sí todo lo que puede resultar una verdadera alianza.

Aunque el tipo de relación que se establece con los aliados depende mucho de la forma de ser de cada persona, personalmente creo que es positivo abogar por alianzas menos comerciales y más amistosas. Al fin y al cabo, es mucho más enriquecedor establecer relaciones afectivas que nos aporten y a las que aportemos que obtener todo lo que necesitamos comprándolo. Esta es también una gran forma de contrarrestar que en nuestro contexto social, cultural y económico se trate a la naturaleza como si fuera un supermercado dispuesto para nuestro consumo. Involucrar lazos emocionales en nuestras alianzas es reconocer a los espíritus naturales como seres que no están ahí para que los usemos, sino que convivimos con ellos y les consideramos vecinos con los que nos gustaría tener una amistad y darles un espacio en nuestra vida.

Lo que buscamos pues es cultivar una complicidad amistosa que nos permita la ayuda de nuestros aliados cuando nos sea necesaria, pero también que ellos nos tengan a nosotros para defender sus intereses. En este tipo de alianza, tal y como hablábamos en el apartado del servicio y la ofrenda, no será necesario que todas las veces demos un pago directo a cambio de lo que necesitemos. Podremos tomarlo con permiso o pedirlo, porque nuestro aliado sabrá que cuenta con nosotros para lo que necesita y que contribuimos a su beneficio en nuestro día a día.

Visto esto, es evidente que nuestro número de aliados cercanos no va a ser

extenso, porque lograr una intimidad con ellos requiere de tiempo y dedicación. ¡Y esto es algo que está bien! Estamos demasiado acostumbrados a ver a los espíritus (sobre todo vegetales y minerales) como si fueran ingredientes coleccionables: usar muchas plantas en un hechizo, tener muchos cristales bonitos... No obstante, igual que con las personas, valen más unas pocas amistades verdaderas que una infinidad de «amigos» con los que a la hora de la verdad no se puede contar. ¿Funcionará ese hechizo mejor con diez ingredientes con los que no tienes confianza, o con dos aliados que conoces en profundidad?

Siguiendo en esta línea, aunque las alianzas sean evidentemente útiles, realmente no necesitamos motivos o necesidades concretas para buscar una. No tenemos por qué querer o esperar nada de ella: podemos forjarla simplemente por curiosidad, porque admiramos a un espíritu y nos gustaría conocerle y estar más cerca de él. En mi experiencia, así surgen las vivencias más enriquecedoras, porque permitimos que el aliado se exprese por sí mismo y nos muestre lo que considere, no lo que le pedimos.

El camino a la alianza ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Llegados a este punto, ¿de qué forma podemos comenzar a comunicarnos con el territorio y establecer una alianza?

A mi parecer, la respuesta es muy simple: de la misma forma que buscamos una amistad. Primero, nos acercaremos al potencial aliado para que se familiarice con nosotros, por ejemplo, paseando o haciendo algunos ejercicios para conocer el entorno a su alrededor. Podremos presentarnos y hablarle. Le iremos a ver a menudo, contribuiremos a su bienestar mediante nuestro servicio al entorno y a él. Cuando nos apetezca, si lo sentimos, le llevaremos alguna ofrenda.

Seguiremos tratando con él a lo largo del tiempo, aprendiendo de él, observándolo, preocupándonos por conocerle y ayudarle o quizá cultivándolo si es una especie vegetal. Poco a poco se irá creando esa complicidad. En mi experiencia, llega un momento en el que simplemente sabemos si nuestros esfuerzos son correspondidos, del mismo modo que notamos si alguien está interesado en nosotros o no. Quizá lo notemos porque nos sintamos bien a su lado, comiencen a llegarnos mensajes al intentar comunicarnos más directamente, aparezca con frecuencia en nuestros sueños o lo empecemos a encontrar o sentir su presencia más a menudo en lugares inesperados durante nuestra rutina. Tampoco tiene que ser algo extremadamente llamativo ni tiene

que suceder nada concreto para marcar que se ha aceptado la alianza; no es cuestión de blanco o negro, las relaciones son gradientes. La mayor parte de las veces, simplemente sentiremos que la relación está bien y sabremos que podemos contar con él para ciertas cosas.

Cada espíritu es único: hay espíritus más amistosos o sociables, sobre todo si están acostumbrados a tratar con personas, y hay que son más reservados o recelosos. Por mucho que nos pese, a veces es posible que el espíritu no quiera tratar con nosotros o no logremos conectar con él. Si pasado un tiempo se siente que no se ha conectado o, más claro aún, el espíritu ha dado negativas, deberemos respetar su decisión y dejar de insistir. Quizá ahora no es el momento y más adelante lo sea, o quizá simplemente no hay afinidad.

Comprendiendo esto a nivel general, me gustaría proporcionar a continuación algunas bases que sirvan como esquema de trabajo para facilitar una comunicación efectiva con el entorno que permita llegar a establecer alianzas.

Comprendiendo al aliado: paradigmas y animismo

En primer lugar, para comunicarnos con el territorio y sus espíritus es necesario comprender que tratamos en gran medida con una cuestión de creencias. Trabajar con lo intangible requiere creer en aquello intangible, a veces gracias a pruebas y a veces simplemente por una cuestión de fe o certeza interior. La creencia se establece en gran medida a través de la experiencia propia, pero a su vez, siendo tan pequeños como somos frente al todo, nuestra experiencia es demasiado reducida para podernos formar una idea completa del enorme tapiz de la existencia. Por este motivo, para poder actuar, predecir y organizar nuestra vida, tenemos que creer también la experiencia de los demás, y tenemos que utilizar un marco en el que encuadrar nuestra vivencia y nos permita rellenar algunos huecos: este marco puede ser la ciencia, la religión, la palabra de las personas en las que confiamos... Cuando el marco está formado por la puesta en común de la experiencia de mucha gente y es aceptado asimismo por mucha gente, es lo que llamamos un paradigma de pensamiento.

La senda del territorio también se basa en paradigmas de pensamiento, pero no tienen por qué ser los mismos para una persona que para otra. El trabajo con el territorio será y se comprenderá de maneras muy diferentes en función del cristal a través del que se mire: en un paradigma cristiano se actuará bajo la premisa de que la naturaleza ha sido creada para el ser humano, bajo un

paradigma estrictamente científico no se considerará que exista una vertiente espiritual de los aliados, bajo un paradigma animista, por el contrario, se tomará como una consideración indispensable...

Cabe decir que no es necesario ceñirse a un solo paradigma. Tenemos una capacidad de discernimiento que nos permite tomar aquellas ideas que más nos resuenen y así formar nuestras propias creencias, nuestros propios paradigmas. Aun así, siempre nos resultará muy útil partir de uno o dos en los cuales nos sintamos bastante representados. Para el trabajo con el territorio tal y como yo lo concibo y se plantea en este libro, considero que el animismo es el paradigma por excelencia.

El animismo es la creencia en que todo lo que nos rodea, sea planta, animal, roca, lugar o incluso un objeto creado tiene, igual que las personas, un ánima. Se trata de una de las creencias más antiguas del ser humano y fundamentó un sinfín de religiones alrededor de todo el mundo, siendo la base principal de las religiones indoeuropeas precristianas. El animismo fue y sigue siendo tan importante dentro de las creencias de este territorio que pervive en abundancia aún hoy en día camuflado dentro del folclore, las tradiciones y las costumbres de mucha gente.

Evidentemente, la concepción de la palabra ánima hoy en día puede llevar a equívocos, porque tendemos a comprenderla de forma completamente antropocentrista. Un ánima o espíritu dentro del animismo no es sinónimo de un alma de tipo humana: los demás seres no tienen por qué tener una consciencia de la forma en que la tenemos nosotros, pueden no tener un pensamiento tal y como lo comprendemos nosotros y perciben y se relacionan con el entorno de forma abismalmente distinta a nosotros. Por lo general, esto nos cuesta menos de entender con los seres más similares a los humanos, como otros animales mamíferos, y se nos va haciendo extraño conforme la similitud se aleja: un perro, una hormiga, un árbol, la hierba, una piedra... Sin embargo, no por eso, esos seres u objetos tienen que carecer de una vertiente espiritual: solo significa que es distinta a la nuestra y, por lo tanto, menos comprensible para nosotros. A lo que nosotros atañe, podemos entender simplemente que tienen una esencia inmaterial que dota a ese ser de ciertas cualidades intangibles o energéticas.

Dentro de la Senda del Territorio, el animismo es lo que fundamenta el concepto de la alianza tal y como la hemos presentado: no se trata solo con la vertiente física de los aliados, sino también con la espiritual. Así, se entiende por ejemplo que las propiedades medicinales de una planta no responden únicamente

a su química: responden también a su vertiente espiritual, a que esa química es la expresión física de su espíritu. Para trabajar con esa planta y sus propiedades, por lo tanto, no se buscaría solo conseguir sus compuestos químicos, sino también el favor de su espíritu.

Además, otro aspecto animista de esta senda es que se consideran también todos aquellos espíritus que habitan la zona, pero no tienen un cuerpo tangible definido o individual. Por ejemplo, muertos, cuyo cuerpo físico se fundió con el territorio, o *genii locorum,* espíritus ligados a un lugar sin límites concretos.

Al plantearnos el animismo como paradigma de acercamiento a la Senda del Territorio, es interesante realizar una reflexión acerca de nuestras creencias y

experiencias a fin de que nuestras acciones puedan ser consecuentes con ellas. ¿A qué nivel de animismo sentimos más lógico trabajar? ¿Sentimos más adecuado tratar al territorio como un espíritu colectivo, como un numen o *genius loci* que incluye o rige el resto de espíritus a un nivel superior, o preferimos tratar de forma individual con cada espíritu y elemento? Similar a esto, una incógnita común, sobre todo con los aliados vegetales, es reflexionar hasta qué punto trabajamos con ellos de forma individual, es decir, tratando con un ejemplar concreto como aliado, y hasta qué punto trabajamos con ellos a modo de espíritu colectivo, entendiendo que nuestra alianza es para con todos los ejemplares de una especie, pudiendo verlo a modo de numen o genio superior que los imbuye, o incluso de tótem o arquetipo. Un ejemplo de todo esto es el espíritu en forma de anciana que se suele asociar al saúco. ¿Nos parece que la anciana será el mismo espíritu en todos los saúcos, denotando un carácter de ente colectivo? ¿Es distinta en cada saúco, siendo solo una forma de manifestación frecuente de los espíritus de esa especie? ¿Es la anciana el espíritu del saúco en sí o es un ser feérico que habita en él?

Por supuesto, no hay respuesta correcta ni tampoco certeza absoluta. En mi experiencia, se trata de barreras difusas, gradientes a los que no es necesario forzar delimitaciones. Estas reflexiones pueden irse a incógnitas muy complejas a las que probablemente no tengamos nunca una respuesta clara, porque nuestro conocimiento del mundo espiritual es limitado, pero tampoco es necesario que nos atasquemos en ellas. Será la experiencia la que poco a poco nos irá desvelando los misterios, a menudo rompiéndonos muchas concepciones iniciales, pero aun así es bueno reflexionar sobre qué nos encaja más y qué hemos experimentado para comenzar a trabajar con unos conceptos u otros al forjar nuestras alianzas.

Sea como sea, dentro de la alianza animista se engloba la necesidad de lograr comunicación: saber comprender en la cabida de nuestras posibilidades humanas las formas de expresión de esas otras ánimas distintas a nosotros o, al menos, conciliar un punto intermedio para poderlas comprender. Pese a que por lo general podemos entender bastante la expresión del territorio hacia nosotros, es mucho más difícil que podamos responder usando su misma lengua (más que nada, porque no tenemos las mismas herramientas). Por eso, a falta de otros recursos, se suelen utilizar fórmulas humanas para comunicarnos: hablar a los espíritus en nuestra lengua, transmitirles nuestras emociones, usar nuestro código de cortesía, personificarlas en nuestra imaginación... Esto no es malo, y se suele tener buen resultado aunque parezca que hay una barrera de idioma. Puede que

en el mundo espiritual las barreras culturales sean más difusas, o puede que simplemente, como dijimos con anterioridad, el territorio conozca bien el lenguaje humano. En mi opinión, es un poco de ambas. Simplemente debemos recordar que aunque tratemos al territorio y sus espíritus como personas porque es lo que nos resulta más comprensible, no tienen por qué ser como nosotros les entendemos: esto es solo una fórmula para facilitarnos a nosotros la interacción.

Comprendiendo de este modo a los espíritus del entorno, se abre un nuevo enfoque a comentar respecto a una de las principales problemáticas del uso de aliados de la que ya hablamos en la introducción: su simplificación e instrumentalización. Este es un problema muy enraizado en el uso de tablas de correspondencias sin el apoyo de un verdadero estudio ni comunicación con el aliado por parte del que lo utiliza. El espíritu deja de ser un potencial aliado y se convierte simplemente en un ingrediente sin ninguna complejidad espiritual, tan simple de entender como leer su utilidad en una tabla, y cuya única función es servir a nuestra voluntad. En muchos casos, ni siquiera se entiende por qué se asocia ese elemento a ciertas capacidades: solo se memoriza la información y se aplica de forma mecánica.

Evidentemente, un posible aliado tiene ciertas áreas de actuación preferentes, que es lo que suelen reflejar las tablas de correspondencias: la salvia purifica, la lavanda relaja, el cuarzo blanco ayuda a canalizar... pero reducir todas sus capacidades y carácter a eso es tremendamente simplista e invalida por completo su profundidad como espíritu. Ningún espíritu es ni sirve para una sola cosa, los aliados no son personajes planos. Todos tenemos varias capacidades y, lo que es más interesante aún, todos nos mostramos de distintas formas y potenciamos más una u otra vertiente de nosotros dependiendo de la persona y la situación con la que interactuamos.

A esta conclusión llegamos no solo mediante la escucha activa de los aliados, sino también gracias al folclore. Pese a que tradicionalmente un elemento se use especialmente para algo, esto solo indica que desenvolverse en esa área es una faceta común en su carácter, algo que por lo general se le da bien y en lo que suele ayudar. Sin embargo, ese área de actuación primaria puede variar en función de la comunidad que lo usa o la zona geográfica, y encontraremos con seguridad muchas otras áreas de acción menos conocidas en las que se ha interactuado con el aliado igualmente de forma positiva.

Comprendiendo este punto se abre un cambio de paradigma importante respecto a las corrientes actuales de instrumentalización de los aliados. Un aliado

no tiene que servir para lo mismo para una persona que para otra: el campo de nuestra vida en el que nos ayude o la forma en que decida mostrarse depende de nuestra relación con él, de en qué facetas de nosotros encajamos y de a qué acuerdo llegamos, pudiendo alcanzar interacciones y asociaciones personales muy potentes aunque no se hallen en ningún texto o tabla.

El aliado nos ayuda y nos enseña a menudo de formas en las que ni siquiera somos conscientes. En este aspecto, estoy realmente de acuerdo con lo que una compañera me dijo una vez, cuando yo empezaba en este camino: interactuar con un potencial aliado nunca es inocuo, cualquier interacción tiene un impacto aunque no nos demos cuenta porque se produzca a un nivel muy sutil. No existe tal cosa como «no ha funcionado»: cuando creemos que una interacción no ha tenido efecto, lo que sucede es que no ha cumplido nuestra expectativa y eso nos ciega de ver lo que ha sucedido de verdad. Quizá el efecto es imperceptible, pero empieza a mover eslabones invisibles en nuestro interior. Quizá el aliado ha decidido no ayudarnos, y eso nos dé información sobre él, nuestra relación o lo que de verdad es bueno para nosotros. Quizá el efecto se manifieste en sueños, o días después, o quizá hemos pedido una cosa pero decide darnos otra. Las posibilidades son mucho más amplias de lo que solemos creer.

En cualquier caso, de toda interacción podremos hallar aprendizajes, sobre todo si damos a los espíritus de nuestro entorno la oportunidad de expresarse como deseen y nos muestren cómo quieren (si es que quieren) interactuar con nosotros. En esta situación, encontraremos que a veces, cuando hayamos forjado una alianza, el aliado decidirá actuar de forma más activa en nuestro aprendizaje y nos abrirá las puertas a su conocimiento mediante sensaciones, sucesos o visiones. En este tipo de relación es donde hallamos el tan conocido (y a veces malinterpretado) concepto de los espíritus maestros. Si bien todos los aliados son en cierto modo maestros, porque de la buena o mala interacción con ellos siempre podremos aprender algo, en una relación con un espíritu que decida actuar como nuestro maestro el aliado nos enseñará de forma activa y directa. Este tipo de alianza es realmente valiosa y nos puede llevar a verdaderos estados de gnosis.

Técnicas de trance: la base de la comunicación

Llegado el punto de querer establecer una comunicación con un espíritu del entorno, sea cual sea su naturaleza, deberemos prepararnos para la interacción

estando en un estado mental adecuado.

Si bien algunas personas tienen más facilidad para percibir información espiritual en el estado de consciencia-vigilia habitual, no es lo más frecuente. Por lo general, para establecer un contacto directo con el mundo espiritual y recibir aquello que no percibimos normalmente es necesario un cambio de percepción. Este cambio de percepción se consigue llevando nuestro estado de consciencia a uno más sensible al mundo espiritual y a la intuición: es lo que conocemos como estado de consciencia alterado o trance. En mi opinión, dedicar tiempo a dominar nuestra capacidad de entrar en trance más adelante recompensa mucho a la hora de trabajar.

Cabe decir que el trance no es un interruptor que se encienda o apague, es un degradado desde nuestra forma de consciencia habitual a aquellas más inusuales o alteradas, que también son naturales y poseen sus propias funciones. Por ello, abarcando cualquier punto del espectro, el estado alterado de consciencia puede variar mucho en su profundidad.

La función del trance como herramienta espiritual, además de abrir una percepción más sensible, es también alejar distracciones de nuestra mente y facilitarnos un estado de concentración y consciencia plena en la tarea que nos ocupe. De este modo, buscamos que nuestros pensamientos no nos entorpezcan o interrumpan y que nuestras percepciones estén menos contaminadas por elementos ajenos a nuestra interacción con el potencial aliado.

Cuando no conocemos qué son los estados de consciencia no nos damos cuenta del gran número de veces que transitamos estados alterados en nuestro día a día. Si bien un trance profundo es algo muy evidente (el sueño es un estado de trance profundo), un trance ligero es por ejemplo cuando nos quedamos absortos o ensoñando, ya sea con la mente en blanco o perdidos en la imaginación. Lo que diferencia los trances espontáneos de aquellos que nos sirven para el trabajo espiritual es meramente que podamos dirigirlos a la tarea espiritual que nos ocupa, ya sea sabiéndolos provocar a voluntad, pudiendo incluir una ritualística que nos ayude a que se produzcan o se enfoquen en lo que buscamos, o saberlos aprovechar cuando nos percatamos de que hemos entrado espontáneamente en uno.

El estado de trance en el trabajo espiritual puede sentirse de muchas formas distintas dependiendo de la persona, la técnica utilizada, la profundidad, el estado mental inicial y el entorno, así que básicamente lo distinguiremos porque sentiremos que no estamos en nuestro estado consciente habitual y porque

veremos que nos facilita acceder a información o estímulos espirituales: en trances letárgicos o meditativos puede sentirse por ejemplo como un estado de amortiguamiento de los estímulos externos, de calma y atemporalidad, de somnolencia que nos hace movernos despacio y ser más sensibles a estímulos sutiles, de visualización muy viva... y en trances extáticos, que se basan en la sobreestimulación para lograr un éxtasis que lleve a la desconexión del estado de consciencia habitual, puede ser como un estado de lucidez repentina, de percibir el entorno mucho más intensamente, de reunir una gran cantidad de energía interna que luego puede usarse para propósitos mágicos o de tener reacciones corporales muy intensas e involuntarias. En ambos casos, si el trance llega a ser profundo puede producirse una enorme desconexión o incluso separación del cuerpo físico.

A menudo, cuando el trance pasa de ser ligero a medio y especialmente en trances de medios a profundos, al regresar a nuestro estado habitual podemos sentir un desfase temporal, no recordar en qué estábamos pensando o tener los recuerdos difusos o distorsionados. Esto suele ser señal de que nuestro subconsciente o algunas partes menos habituales de nuestra mente estaban llevando las riendas, lo que es bueno porque esa es la intención de un estado alterado de consciencia, pero como sucede al despertar y perder el recuerdo de los sueños, el traslado de la información a la consciencia habitual puede fallar. Lo ideal es practicar frecuentemente para aprender a conciliar los dos estados, a fin de mantener cierta consciencia mientras estemos trabajando en trance (aunque también dependerá del tipo de trabajo) y no perder información al regresar. Como alternativa, va muy bien tomar medidas como tener a mano una libreta o una grabadora para ir registrando nuestras percepciones en tiempo real.

Pese a lo que se suela creer, un trance suficiente para comunicarnos con el mundo espiritual a nuestro alrededor no es ni difícil de lograr ni es necesariamente muy profundo: un trance de ligero a medio será en la mayoría de casos suficiente para comenzar una interacción mediante las prácticas comunicativas que se explicarán en los siguientes apartados, dejando el profundo para trabajos más específicos.

Pese a que el trance extático da excelentes resultados, sobre todo para trances profundos, suele requerir de una ritualística más compleja y ser mucho menos discreto, así que dado que para el trabajo habitual en el territorio considero el trance letárgico más cómodo y sencillo nos centraremos en él.

A continuación, te propongo tres bloques de técnicas de trance útiles (¡de las

muchísimas que hay!) que puedes practicar o combinar a tu gusto para lograr estados que te faciliten el contacto con los espíritus del territorio. Recuerda que es normal que al principio te cueste centrarte y que no den el mejor resultado, pero no te frustres. Prueba unas cuantas y elige la que más te atraiga para practicarla de forma consistente un tiempo antes de decidir si te sirve o prefieres cambiarla. Es la práctica frecuente la que nos hace hábiles y acostumbra al cerebro a reaccionar de la manera que se busca.

Meditación, respiración y visualización

Antes de comenzar nuestro trabajo de comunicación con un aliado o territorio podemos sentarnos a meditar junto a él hasta calmar la corriente de pensamientos que nos puedan interferir y lograr un estado alterado de consciencia. Entre cinco y diez minutos puede ser un buen punto de partida. En la meditación, para mi gusto, es útil dedicar los primeros minutos a revisar nuestro cuerpo y emociones. En este proceso evaluamos si tenemos alguna tensión emocional, mental o física, tomamos consciencia de ella para que no venga a interferir constantemente e intentamos relajarla, aflojando los músculos o, por ejemplo, visualizando que nuestra exhalación la desinfla. Nos tomaremos el tiempo que nos parezca necesario.

Después de eso, podemos centrarnos en nuestra respiración o en algún otro elemento al que dirijamos toda la atención, como por ejemplo los sonidos de la naturaleza, permaneciendo inmóviles y con los ojos cerrados. Si se nos cruzan pensamientos inconvenientes, simplemente, sin fustigarnos, volveremos a la respiración o al punto de atención cuando nos percatemos de que nos hemos distraído. Poco a poco, el torrente de pensamientos se irá calmando, hasta que llegaremos a una especie de estado tranquilo y vegetativo. Es en este punto que podremos comenzar a trabajar.

Los ejercicios de respiración también son una herramienta interesante. Podemos llevar una cuenta atrás de cierto número de respiraciones (las que consideremos necesarias para entrar en trance), seguir cierto patrón contando los segundos de inspiración, pausa y espiración o emitir sonidos al exhalar. Estos sonidos pueden ser, por ejemplo, una palabra o vocal, un siseo como de serpiente, tal y como propone Robin Artisson en su técnica de inducción al trance del Siseo de la Serpiente, o imitar el sonido del viento o de las olas. A mí me gusta hacer esto último cuando ya he meditado unos minutos en silencio,

haciendo diez de estas respiraciones sonoras imitando al viento, una breve pausa, diez más y así hasta que considere que estoy lista.

Otra opción es visualizar algún escenario o acción que represente cómo vamos profundizando en nosotros mismos o bien nos alejamos de nuestro estado de consciencia habitual. Por ejemplo, podemos visualizar que bajamos una escalera, que ascendemos decenas de plantas en un ascensor o que nos hundimos más y más en un agua tranquila con cada respiración. Podemos terminar la visualización imaginando que cruzamos algún tipo de puerta o umbral que desemboca en nuestro estado de trance deseado.

El don de la palabra

Un buen recurso para entrar en trance es utilizar la fuerza de nuestras palabras. Podemos elaborar un mantra cuya repetición mental al meditar nos ayude a interiorizar lo que decimos y nos introduzca en el estado alterado de consciencia, por ejemplo: *«Me relajo profundamente y abro los ojos de mi intuición».*

Otra de las opciones que residen en el poder de las palabras y que cae dentro del área de la conjuración, es que nos elaboremos una frase corta que actúe a modo de apertura al estado alterado de consciencia. A base de utilizarla cada vez que pongamos en práctica técnicas de trance, insistiendo en que a partir de pronunciarla mental o verbalmente estaremos en otro estado de consciencia e impregnándola de intención a lo largo de un tiempo, puede convertirse en un interruptor que una vez cargado nos induzca al trance cuando lo pulsemos.

Si hallamos alguna frase en el folclore que se haya usado tradicionalmente para propiciar un estado de consciencia alterado, como por ejemplo los conjuros de vuelo de las brujas (el «por encima de todas las zarzas, por debajo de todas las nubes» vasco es un clásico en esta categoría) podemos valorar utilizarlo, aunque personalmente, para otorgarle una sacralidad y poder mayor, lo dejaría para contextos de trance profundo, ocasiones especiales y prácticas extáticas de brujería.

Finalmente, podemos utilizar una oración que a la vez que ejerce esta función de interruptor marca el paso de un estado a otro, solicite ayuda a los espíritus con los que trabajamos. Esto es muy frecuente para pedir comunicación y lucidez antes de las prácticas adivinatorias, pero puede ser igualmente aplicable para el contacto con el territorio. Podemos dirigir la oración a espíritus del territorio,

deidades o muertos con los que tengamos confianza. Un ejemplo: *«[Llamada al espíritu, acompañada de sus epítetos, alguno de sus atributos y dos o tres frases de adoración] lleva mi voz a [aquello con lo que deseamos contactar], ayúdame a ver más allá de lo visible, a percibir más allá de lo tangible y a comprender el mensaje».*

Colaboración con aliados y uso de herramientas externas

Si bien ya hemos visto la posibilidad de obtener ayuda externa mediante rezos, existen muchas otras opciones. Entre ellas, destaco los preparados a base de aliados vegetales, que trabajarán con nosotros para facilitarnos la inducción al trance. Para que el trabajo sea óptimo, deberíamos haber cultivado ya una relación con esos aliados o con el territorio en el que crezcan, recordando que si bien pueden proporcionarnos efectos físicos sin tener una alianza, buscamos que el espíritu de la planta también quiera contribuir. Estos aliados pueden ayudarnos a lograr el trance usándolos como amuletos en el momento de meditar, mediante un preparado con aplicación externa como un aceite, ungüento o agua o mediante un uso interno, siempre a depender de la peligrosidad de la planta, nuestra compatibilidad con ella y lo que tras experimentar nos haya dado mejor resultado. Opciones como sahumerios quedan descartadas en muchos territorios para evitar riesgo de incendio, pero pueden ser una buena opción en entornos controlados.

Una de mis plantas de preferencia para inducir al trance es la artemisa, que en exteriores utilizo en formato de aceite macerado masajeándolo en mis sienes, frente y párpados al comenzar a meditar. Para trances más profundos, puede untarse en mayor extensión del cuerpo. El acto de aplicarse el aceite está cargado de simbolismo y tiene que tomarse ya como una acción ritual realizada con plena consciencia e intención, porque lo ritual también predispone y contribuye enormemente al trance. Untarse sobre los párpados simboliza aplicarse la capacidad de ver más allá de lo terrenalmente visible, como atestiguan los cuentos en los que un ser mágico otorga a un mortal un ungüento que aplicado sobre los párpados le permite ver a las hadas. Untarse el cuerpo supone, como deja entrever el folclore sobre el ungüento de las brujas, quitarse la piel humana para trascender al mundo espiritual.

El ajenjo y la milenrama son plantas que también me han dado buenos resultados como inductoras del trance, sobre todo en incienso, y existen además muchas otras plantas sedantes o relajantes que pueden resultar útiles y se pueden

usar en un amplio espectro de formatos, incluida la ingesta de su infusión: la amapola, la lavanda, la melisa, la pasiflora, la tila, la valeriana, el espino blanco... Cuando es posible hacer fumigaciones, los inciensos como el olíbano, la mirra y el cedro también resultan muy útiles.

Otras herramientas externas que nos pueden ser de ayuda son los instrumentos musicales rítmicos, como tambores o maracas, que tocados de forma continuada ayudan mucho a alcanzar estados alterados de consciencia. Una herramienta que utilizo mucho son las sonajas de cápsulas de adormidera secas, que al ser huecas y contener las semillas dentro hacen un sonido muy agradable. En este caso, se trata de la combinación de un espíritu vegetal muy asociado al trance, como es la adormidera, unido a un recurso sonoro, lo que forma una combinación muy bonita y efectiva. Si no nos son cómodos o posibles de adquirir los instrumentos, podemos usar un reproductor con auriculares y reproducir sonidos de tambores o música que nos ayude a la abstracción.

La experiencia intuitiva

Tras lograr un estado de relajación y concentración que nos lleve a un trance ligero, estaremos listos para empezar a interactuar. El primer acercamiento que recomiendo, antes de conocer demasiado sobre nuestro potencial aliado por otros medios, es que nos acerquemos a él de forma intuitiva. Por ejemplo, si queremos trabajar con una fuente, haremos una primera exploración física del lugar para curiosear y empezar a centrarnos, nos sentaremos a su lado y, después de poner en práctica nuestra técnica de relajación y trance de preferencia, la observaremos con calma. ¿Qué percibimos a nivel general? ¿Qué emociones nos transmite?

Tras una primera observación, lo adecuado es presentarnos con nuestro nombre, saludar y hacer una pregunta de cortesía, como: «¿Cómo estás?». Puede parecer algo muy básico, pero es la forma humana más simple y evidente de transmitir con educación que prestamos atención y queremos hablar.

¿Hace el potencial aliado tras nuestra pregunta algún movimiento o acto inusual? ¿Cómo lo interpretas? Después de observar su parte física, recomiendo cerrar los ojos y esperar meditando, sin forzar recibir nada, simplemente abiertos a lo que nos pueda llegar. ¿Recibimos alguna imagen mental, alguna palabra o sensación?

Podemos seguir este proceso combinando a ratos el estado meditativo con los ojos cerrados con la observación tranquila con los ojos abiertos. Probablemente, y más si es el primer encuentro, no siempre recibamos algo directo, pero igual que podemos notar aspectos de las personas sin hablar con ellas directamente también podemos hacerlo de otros seres. Si nos cuesta ser conscientes de lo que percibimos, hacernos preguntas que sitúen nuestra respuesta dentro del rango entre dos polaridades puede ser un recurso muy útil para hacer consciente lo que percibimos a nivel subconsciente: ¿Sentimos que somos bienvenidos o que no les gusta nuestra presencia? ¿Este espíritu nos da una sensación cálida o fría? ¿Es tranquilo o enérgico? ¿Si fuera una persona, sería joven o vieja, femenina o masculina? ¿Si lo definiera una emoción, cuál sería? ¿Y una palabra? Nuestras respuestas no tienen que ser blancas o negras, de hecho lo interesante es que sus matices nos hagan percatarnos de más de lo que veíamos de primeras y nos permitan percibir respuestas más profundas. Muchas veces, una de esas preguntas puede producir una visión o una información inesperada. La percepción intuitiva a veces es así, cuesta un poco encontrar el primer hilo pero una vez se tiene es más fácil tirar de él.

Si no lo consideras invasivo o ya tienes cierta confianza con ese posible aliado,

puedes probar a tocarlo (si tiene cuerpo físico) y hacer el mismo ejercicio teniendo contacto directo. Puede ayudar a percibir con mayor intensidad.

Poco a poco iremos aprendiendo a seguir este proceso de forma natural y nuestra intuición mejorará mucho, con lo que cada vez reconoceremos con mayor facilidad lo que transmiten los espíritus de un lugar. Esto nos abrirá las puertas a experiencias más intensas como la llegada de visiones mientras meditamos con un aliado o la posibilidad de establecer una conversación percibiendo respuestas a nuestras preguntas en forma de imágenes, palabras o sensaciones.

Para estas experiencias más profundas, a menos que conectemos excepcionalmente bien con ese momento y aliado, suele ser necesario un trance un poco más profundo, por lo que deberemos dedicarle un buen rato a nuestra técnica de preferencia para lograr un estado mental adecuado. Cuando estemos en el estado pertinente, simplemente podemos preguntar algo al potencial aliado y esperar en silencio y con los ojos cerrados a ver si hay respuesta.

Un buen ejercicio que me enseñó un gran amigo para propiciar un contacto espiritual mientras nos encontremos en este estado de meditación profundo es abrir al entorno nuestros ojos internos. Consiste en visualizar con los ojos cerrados nuestro entorno tal y como lo veríamos de tener los ojos abiertos. De primeras, puede que no suceda nada, pero si nos fijamos en los detalles o esperamos un poco, es posible que veamos cosas que no estaban ahí cuando teníamos los ojos abiertos o incluso que tengamos algún tipo de encuentro con espíritus locales.

Finalmente, cabe decir que no todas las veces podemos dedicar el tiempo y la energía necesarias para una comunicación de este tipo, y que no a todo el mundo le resulta cómoda. Para esto, podemos servirnos de otros métodos clásicos de comunicación con espíritus como los sistemas de adivinación. No creo que haya sistema incorrecto para esto, simplemente es cuestión de averiguar qué encaja mejor entre nuestra destreza y el espíritu con el que vayamos a tratar. En lo personal, para tratar con espíritus naturales prefiero evitar los sistemas adivinatorios más estructurados como el tarot, por mucho que me gusten, ya que me parecen demasiado humanos. Suelo sentir que conecto mucho más en este contexto con métodos más orgánicos e intuitivos, preferiblemente utilizando materiales del mismo entorno. El uso de elementos del territorio me parece importante porque conecta directamente el método adivinatorio con los espíritus locales con los que queremos hablar.

Por ejemplo, algunos sistemas que me han ido muy bien han sido hacer *scrying*

en las aguas de un antiguo lavadero estancado, lanzar una piedra de dos caras a cara o cruz o elaborar un péndulo hecho con una piedra de mi zona de trabajo y un cordel. También podemos observar el movimiento de una rama con el viento y apreciar si sus movimientos nos inspiran una respuesta: que se meza puede parecernos una afirmación, quedarse inmóvil una negativa. Tratando con un territorio, también se le puede pedir que si la respuesta a una pregunta es afirmativa, se produzca un ruido o alguna señal que veamos posible. Podemos incluso inspirarnos en los métodos adivinatorios infantiles: dejar caer una piedra sobre un cuadrante en que un lado sea el sí y el otro el no, o las respuestas que consideremos.

A nivel más complejo, se puede establecer un significado a varios pequeños elementos, como piedras, hojas o ramitas, y lanzarlos sobre un cuadrante o círculo trazado en el suelo, a inspiración de oráculos del tipo *bone reading*. También podemos simplemente lanzar los elementos sin un significado concreto y ver qué nos transmiten una vez han caído, considerando su naturaleza, la proximidad de unos con otros o los motivos que formen para hallar una respuesta. Tendremos mayor facilidad también si pedimos ayuda a algún espíritu aliado con el que trabajemos habitualmente para la adivinación, a fin de que medie por nosotros y nos ayude a comprender las respuestas.

En todo caso, sea cual sea el sistema elegido, es primordial que comencemos por llamar al espíritu que queremos apelar (ya sea planta, territorio, *genius loci*...) para que entienda que es él con quien queremos hablar, presentarnos educadamente y elaborar entonces nuestras preguntas. Dependiendo de la técnica utilizada puede ser necesario explicar brevemente también cómo funciona el sistema: por ejemplo, en el péndulo, aclarar qué movimiento es afirmativo y cuál es negativo.

Finalmente, deberemos saber discernir de forma intuitiva si los indicios obtenidos son en efecto una respuesta o no, porque está claro que no siempre las tendremos y que el entorno no parará su actividad por nosotros (que se mueva una rama cuando hace viento no tiene por qué ser una respuesta aunque hayamos preguntado algo). Lo que determina que algo mundano se convierta por nuestra acción o presencia en algo espiritual es esencialmente que se contenga dentro del espacio liminal que supone un contexto ritual y de que se tenga una certeza interior de que lo es, no fruto de nuestro deseo sino de nuestra intuición pura. Por ejemplo, sacar una carta de tarot para leerla tras concentrarnos es un acto ritual que hace válido el mensaje; que alguien no creyente en él use la baraja para jugar, no. Otro ejemplo, beber vino en misa es un acto sagrado y mágico con

una enorme connotación espiritual, mientras que beberlo en la comida, no.

Cuando sucede algo mágico o espiritual fuera de un contexto sacralizado, que también es posible, es esencialmente nuestra certeza interior la que de pronto se activará y nos avisará, sobre todo una vez ya tengamos más trabajada la intuición, de que está sucediendo algo fuera de lo ordinario o nos está llegando un mensaje. En el territorio esto se suele traducir en una inspiración, imagen mental o idea repentina que no parece provenir de nosotros mismos, o en un impulso súbito de realizar alguna acción o ir a algún lugar. En todo caso, es importante no forzar confirmar como válidas ni rechazar todas nuestras percepciones enseguida, porque corremos el riesgo de engañarnos con nuestros deseos o miedos o sabotearnos con nuestras expectativas. Es preferible no extraer conclusiones estrictas, sino simplemente apuntar, estar abiertos a ellas para ver a dónde nos llevan y dejarlas reposar, dejando que sea el tiempo o interacciones futuras las que vayan validándolas o haciendo que pierdan consistencia.

Fisiognosia y simbolismo

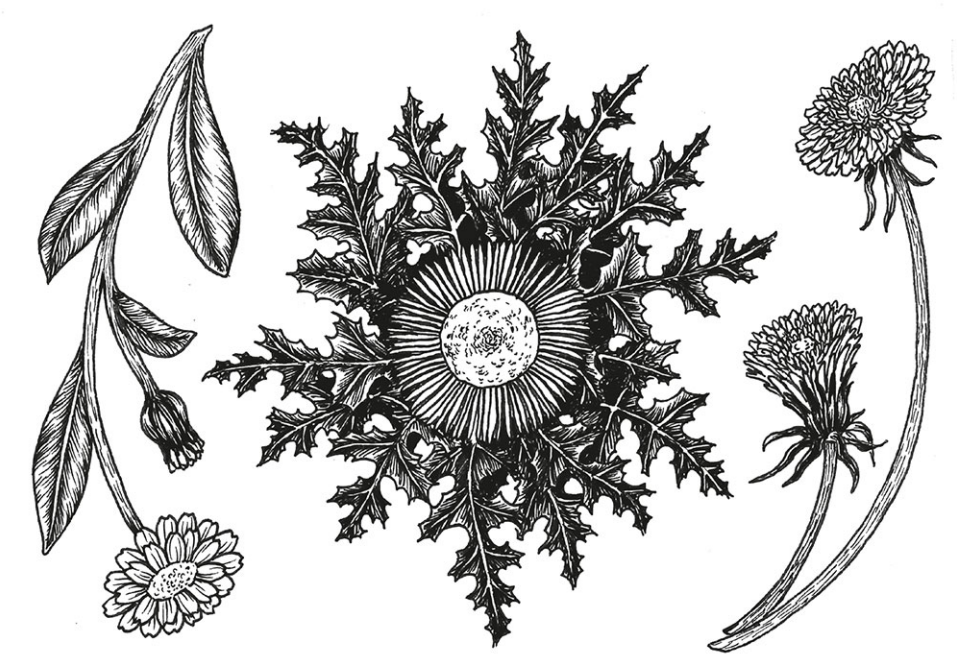
Otro de los aspectos de los posibles aliados en el que me fijo en combinación con la anterior práctica es el análisis fisiognóstico, término que Paracelso utilizó, en relación a la materia vegetal, para referirse a aquel conocimiento oculto de la naturaleza que puede obtenerse mediante el análisis de su forma. Según este autor, las características físicas de un potencial aliado proporcionan información de la fuerza interna que reside en él. A nivel animista, hablaríamos de que el cuerpo físico es la manifestación tangible reflejo del espíritu, y que, por lo tanto, podemos acceder a conocer muchas cosas sobre él mediante el conocimiento de su dimensión física.

En los primeros ejercicios de contacto con el territorio ya dimos una pincelada de análisis fisiognóstico: dependiendo de si un entorno era escarpado, agitado, tranquilo, húmedo... recibíamos cierta información espiritual de él. Sucede lo mismo cuando tratamos con un potencial aliado concreto, como puede ser una planta. Cuando hagamos nuestro acercamiento, dedicaremos un buen rato a examinar sus características físicas y reflexionar sobre qué nos dicen de ella. ¿Qué es lo que más nos llama la atención? ¿Qué forma tienen las hojas? ¿Tiene espinas? ¿Las flores son grandes, pequeñas, discretas, olorosas? ¿Cuáles son sus colores? ¿Es una planta tierna o dura? ¿En qué entorno le gusta crecer? ¿Es suave, áspera, pegajosa?

Lo importante no es solo que nos fijemos en su forma, sino que deduzcamos a qué aspectos de carácter y capacidades podemos asociar sus características. Un ejemplo muy claro de ello que hay en mi pueblo es el estramonio: de primeras, sus grandes y delicadas flores blancas que se abren al atardecer con un aroma agradable nos hablan de un carácter nocturno, seductor y atrayente, que podría sernos útil en hechicería de amor y fascinación. Son flores que recuerdan a la luna llena: seguramente, podría ayudarnos en trabajos de sueños, de acceso a lo oculto. Sin embargo, sus ramas son esbeltas y sus hojas, verde oscuro, fuertes y con los bordes formando grandes y asalvajados dientes, tienen un olor muy intenso. No es una planta de carácter apacible o discreto, es una planta fuerte, salvaje y con mucha presencia. Sus cápsulas, que guardan las semillas, están cubiertas de afiladas espinas: protege con fiereza lo que considera valioso, y tiene capacidad de hacer daño. El estramonio es una planta atractiva pero temperamental: en una mano tiene la belleza y la seducción y en la otra la capacidad de destruir y herir. Utilizarla sin cautela en hechicería para el amor probablemente daría como resultado un amor apasionado pero intoxicante, y está claro que como potencial aliada, no es un espíritu con el que se deba jugar. En efecto, tras el análisis fisiognóstico, si se consulta la etnobotánica de la planta queda patente que es una planta muy tóxica (a menudo mortal) popularmente utilizada en el pasado para la magia amorosa y sexual (para aumentar el atractivo, como afrodisíaco, para atar a alguien amorosamente), para el sometimiento de personas o para la limpieza de espacios, destruyendo y protegiendo de las influencias dañinas. Fue también una planta asociada por los autores ilustrados al ungüento de las brujas, nexo con su carácter tóxico, nocturno y oculto.

En un análisis fisiognóstico es muy importante también la simbología. En las formas de un aliado podemos distinguir elementos que simbólicamente nos recuerden a algo y nos permitan hacer alguna atribución. Por ejemplo, tal y como el folclore dice que hacía san Patricio, las tres hojas de los tréboles pueden recordar o simbolizar a la Trinidad. Para nosotros no tiene por qué representar concretamente eso, pero sí la triplicidad, pudiendo ser símbolo de conceptos triples (equilibrio mente, cuerpo, espíritu, o bien nacimiento, vida, muerte) o de deidades triples con las que se puede relacionar el trébol. Otro ejemplo sería que una flor nos recuerde por su forma redonda y su color amarillo al sol, como sucede con la carlina, el diente de león o la caléndula. Por simbolismo, a estas flores se les asocian tradicionalmente características del arquetipo solar: protección contra los malos espíritus (que son de carácter nocturno en el folclore), atracción de abundancia y riqueza (por asociación del sol con el color

dorado) o propiedades salutíferas, como la mayoría de deidades solares (Apolo, Belenos, Lugus...).



Las asociaciones simbólicas son la base de la antigua teoría de las signaturas, que buscaba similitudes de forma entre las plantas y partes del cuerpo humano y sus dolencias para saber a qué podrían servir a nivel medicinal. Cabe decir que esta teoría se sustentaba en un punto de vista muy antropocentrista que tenía sentido bajo la doctrina cristiana, pero que bajo el animismo igualitario pierde sustento. Aun así, las signaturas, teniendo en cuenta que no imitan formas humanas sino que reflejan o coinciden en forma con otros elementos naturales, humanos o no, permiten establecer relaciones muy interesantes entre distintos espíritus o aspectos del territorio. Si percibimos un signo que se asemeje a algún aspecto humano, además, siempre es interesante considerar que puede darnos información etnobotánica de la planta y de su relación histórica con nuestra especie.

Estudio académico

Si bien el acercamiento intuitivo y experiencial al potencial aliado resulta primordial, en algún punto recomiendo realizar su estudio académico. En la teoría sobre él podremos encontrar sus características fisicoquímicas, como su composición, mecanismos de defensa, interacción con el ecosistema y otras especies, particularidades curiosas... Todo esto, al igual que hemos hecho mediante la observación en vivo, podemos analizarlo bajo un punto de vista fisiognóstico y puede completar y enriquecer nuestras percepciones, proporcionándonos un conocimiento del potencial aliado mucho más completo.

En el estudio académico podremos conocer también su relación histórica y actual con la especie humana, que nos puede hablar tanto de su predisposición a una alianza como de los aspectos más frecuentes en los que ayuda a las personas, por ejemplo en la hechicería popular, en la obtención de recursos o en la medicina. También podremos encontrar sus asociaciones o correspondencias tradicionales, sus leyendas y su folclore, que pueden aportarnos mucho sobre su carácter, sus gustos y sus requerimientos.

En muchas ocasiones, cuando ya tengamos bastante práctica de comunicación, veremos que nuestras percepciones sobre un potencial aliado coinciden, encajan o son sumamente similares a la información teórica que hemos hallado de él. Esto siempre resulta muy gratificante, y nos permite complementar y aportar estructura a nuestra gnosis personal.

Cabe mencionar que ambas fuentes, la experiencial y la teórica, deben conciliarse y enriquecerse mutuamente sin que la segunda invalide la primera. Si las referencias al aliado no coinciden con nuestra percepción no caigamos en el error de invalidar y olvidar lo percibido y adoptar la teoría sin más, sino reflexionemos sobre ello. ¿Ahora que sabemos la teoría, nos damos cuenta de aspectos del aliado que no habíamos percibido? ¿Tiene sentido con lo que nosotros hemos notado? ¿Qué relación puede tener nuestra información con la hallada en otras fuentes? Si decidimos cambiar nuestro punto de vista sobre algo, ya que todos nos podemos equivocar, que sea porque tenemos claro que le encontramos lógica a la nueva información, no porque debamos adoptar la teoría como dogma.

Una vez tengamos todo lo anterior, para algunas personas puede ser útil elaborar una ficha con diversos apartados, como pueden ser: descripción del aliado, aspectos fisicoquímicos, etnografía y folclore (conteniendo leyendas, prácticas y usos populares, asociaciones tradicionales, simbología, nombres comunes...), hábitat e interacción con el entorno, gustos y necesidades...

Si no consideramos necesario algo tan estructurado como una ficha, al menos sí recomiendo registrar nuestra experiencia intuitiva, escribir nuestra reflexión sobre cómo esta se relaciona con los hallazgos teóricos y enumerar algunas conclusiones.

Integrando al aliado

La toma del aliado

Hasta ahora, los acercamientos propuestos han estado dispuestos para establecer una relación con el posible aliado. Si trabajamos bien y ese espíritu finalmente desea colaborar con nosotros de forma activa, habrá un momento en el que sentiremos que podemos llevar nuestra alianza un paso más allá.

Aunque la recolección puede ser una vía de trabajo frecuente, no todas las alianzas terminarán tomando un elemento del aliado y llevándonoslo a casa.

Una alianza puede desarrollarse completamente en el ámbito en el que habita el aliado y sin causarle ningún daño, siguiendo la línea de comunicación que hemos visto hasta ahora. Incluso cuando necesitemos solicitar su ayuda en algo, muchas veces no va a ser necesario tomar nada del entorno: por ejemplo, un árbol viejo nos puede ayudar a meditar y obtener consejo, una fuente a purificarnos o una planta viva a hacer crecer un proyecto. Incluso una vez conozcamos bien el lugar y al aliado, se nos puede aparecer en sueños o podemos trabajar puntualmente a distancia acudiendo a verle en el plano astral.

Por otro lado, otras alianzas sí incluirán la obtención de un elemento del territorio (agua, plantas, una piedra, huesos...) a fin de seguir conociendo a ese aliado de forma más profunda o solicitar su ayuda en algo. Para ello, es importante tener muy claro de qué manera lo pedimos, si consideramos o no necesaria una ofrenda a cambio, bajo qué términos se nos ofrece ese elemento y qué haremos con ello una vez terminemos nuestro proceso con él. No hay una ritualística o un modelo a seguir en ninguno de estos puntos, no hay un único camino correcto: depende completamente del aliado, nuestra relación con él, nuestras creencias y nuestra forma de ser. Por ese motivo, seamos más ceremoniales o más orgánicos, usemos o no ciertas herramientas, procedimientos o ritos, conozcamos más o menos al aliado antes de tomarlo o entreguemos o no algo a cambio, la corrección y el proceder de forma adecuada radica al final en actuar con responsabilidad y sobre todo en ser consecuente con nuestras propias

creencias y ética.

En próximos apartados especificaré algunas vías de recolección de elementos concretos, pero, por lo general, para todo tipo de aliado creo que se deben considerar unos aspectos básicos:

Al tomarlo, independientemente de cómo sea nuestro procedimiento o ritualística para ello, nos debemos parar unos segundos a percibir si está bien que lo tomemos y si tenemos el consentimiento del lugar o el aliado para hacerlo. ¿Lo necesitamos? ¿Le vamos a dar la atención y el espacio que merece una vez en casa? ¿Cómo se siente el ambiente cuando decidimos cogerlo: tranquilo, de invitación, de hostilidad...? En ocasiones, por mucho que queramos algo, al tomarlo podemos sentir una negativa. En estos casos, evidentemente, lo correcto es dejar el elemento en el territorio. En algunas ocasiones será una negativa definitiva, mientras que en otras puede que no: a veces se nos deniega algo porque se nos quiere comunicar que aún no se tiene suficiente relación, que podemos trabajar con ello pero sin sacarlo de su entorno, que se pide un pago a cambio o simplemente que se quiere comprobar que de verdad lo deseamos haciéndonos acudir de nuevo a pedirlo varios días. Por eso recomiendo probar a regresar algunas veces más a hacer trabajo con ese entorno y ese elemento y averiguar si con algunas de esas condiciones finalmente se nos da el permiso.

Llevarnos a casa un aliado es un acto que requiere de una gran responsabilidad y produce un impacto al entorno que nunca debe tomarse a la ligera. Siempre deberemos tratarle con devoción, agradecimiento y hospitalidad, recordando que, aunque vayamos a trabajar con él para un propósito que puede ser tan simple como hacernos infusiones para el dolor de garganta, no es un mero objeto que nos sirve. Al llegar a casa, por lo tanto, le dispondremos un espacio adecuado en el que descansar. En el caso de vegetales que deban secarse, por ejemplo, seremos responsables de extenderlos tan pronto como lleguemos en un espacio limpio para que no se echen a perder olvidados en la cesta.

Una idea interesante al recibir un aliado en casa es dejarle los primeros días en el altar, donde según sea la relación que se tenga con él se le puede ofrendar la luz de una vela. En esos días podemos preparar, dependiendo del aliado, el espacio que será su ubicación definitiva en caso de que vaya a quedarse un tiempo: una cajita cómoda con elementos que sean adecuados para acompañarle, un lugar definitivo en el altar, un tarro limpio en un armario oscuro para los elementos vegetales con los que se harán preparados en el futuro...

Otra práctica que puede ser necesaria es limpiar físicamente al aliado al

recibirle en casa si lo consideramos necesario (por ejemplo, si tiene mucha tierra). En ese caso, recomiendo aprovechar el proceso para honrarle o beneficiarle mediante una ritualística con preparados que le den fuerza, como aguas florales, aceites de ungir u ofrendas (tienes un ejemplo de ello en el apartado de aliados animales). Muy rara vez limpiaremos energéticamente un aliado del territorio, porque no queremos que se convierta en un objeto aséptico espiritualmente, sino conocer y trabajar con su energía tal y como es, con sus luces y sus sombras.

Para terminar, resulta tan importante cómo tomamos un elemento del territorio que cómo prescindimos de él llegado el momento. Habrá elementos que se queden poco tiempo con nosotros y otros que quizá nos acompañen durante años. En todo caso, si no se destruye, se pierde o se vuelve incompatible con el entorno natural, lo correcto suele ser devolverlo de nuevo al territorio, como si hubiera sido un préstamo. Bajo un punto de vista animista, aquello que se devuelve a la tierra puede volver a renacer en ella, y es bueno que la materia que pertenecía a un entorno vuelva a él para proseguir su ciclo y contribuir al ecosistema. Si no es saludable para el entorno devolverla, como sucede con las plantas que se han macerado en aceite, lo adecuado es darles descanso de forma respetuosa, por ejemplo guardándolas hasta alguna celebración u ocasión en que se haga fuego e incinerándolas en él.

La unión con el aliado

Tras obtener un aliado físico del entorno, podremos llevar a cabo un proceso de experimentación que nos ayude a profundizar en nuestro conocimiento y relación con él. En este punto tenemos como finalidad la unión espiritual con el aliado, la llegada a un punto de intimidad en la que se pueda producir una interacción profunda. De dicha interacción, normalmente, surgirán conocimientos sobre el aliado y sobre nosotros mismos que difícilmente se podrían obtener por otros medios, ya que habremos abierto la puerta a que ese espíritu acceda a nuestro interior y mueva los engranajes que considere. Para esto, por supuesto, hace falta mucha confianza, pero si la relación es buena la unión con el aliado puede proporcionar una gran transmutación y gnosis personal.

Hay muchos recursos que podemos utilizar para explorar y aprender de la unión con un aliado que hemos tomado del territorio. Por supuesto, no todas las opciones serán viables para todo tipo de elemento, pero esta es una materia en la

que nos beneficiaremos de ser imaginativos con las posibilidades. En los apartados de cada tipo de aliado veremos opciones concretas, pero de modo genérico, mis recursos favoritos son los siguientes:

◊ Llevar encima el aliado o un pequeño fragmento de él durante un periodo de tiempo determinado. Es importante hacerlo con consciencia, no como acto mecánico, y prestar atención a si cambia algo en nuestras emociones y acciones del día a día o si percibimos intuiciones o mensajes sobre él.

◊ Dormir con el aliado. El mundo de los sueños es fantástico para trabajar con los aliados, porque permite una comunicación directa con nuestro inconsciente, la parte más sensible a percibir más allá de la realidad visible. Cuando llevo un nuevo aliado a casa, siempre acostumbro a dormir unos días con él bajo la almohada o, si es demasiado grande, junto a la cama, meditando antes de dormirme en conectar con él o visualizando una interacción. Al día siguiente, reflexiono e interpreto los sueños obtenidos y proceso qué información he recibido. Aunque en el sueño no aparezca un nexo evidente con el aliado, como verle o comunicarnos directamente, la conexión está ahí y puede hablarnos de formas muy sutiles.

◊ Meditar con el aliado, algo que probablemente ya habremos hecho en el territorio pero en casa puede ser más fácil al sentirnos más seguros. Recomiendo sostener el aliado en nuestras manos al hacerlo.

◊ Explorar al aliado mediante la creación artística. Cuando creamos arte, inspirados y concentrados, estamos transitando un tipo de estado alterado de consciencia. En dicho estado, nos encontramos concentrados y conectados con la dimensión intangible a fin de materializar nuestra creación, y eso resulta un canal abierto para percibir muchas otras cosas que no notaríamos en un estado normal. El arte abre una gran sensibilidad a percibir aspectos y detalles físicos y espirituales de nuestro aliado, con lo que nos puede suponer una gran herramienta de conocimiento. Algunas ideas para conectar con el aliado mediante el arte es dibujarlo, componerle un poema, realizar una pintura abstracta sobre él, crearle una melodía o una canción... Podemos ofrecerle el resultado como ofrenda.

◊ Incluirlo en el baño. Si es seguro, podemos añadir al aliado al agua del baño y sentir qué efecto tiene en nosotros. Esta práctica se acostumbra a hacer cuando ya se tiene cierta complicidad y se busca su ayuda en temas de purificación o fascinación, por ejemplo.

◊ Elaborar preparados con el aliado. Las posibilidades son muy amplias y

variarán en función del tipo de elemento: podemos elaborar polvos, aceites macerados, ungüentos, tisanas, perfumes, pinturas, inciensos... Este es un recurso interesante para transformar la forma física del aliado a un formato en que podamos aplicarlo en nosotros mismos siempre que sea seguro. Tomarle sobre la piel es un trabajo de unión considerable: es una entrega a su abrazo, dándole acceso a nosotros tanto a nivel externo como interno. Cuando nos vestimos con el aliado nos fundimos con él, pudiendo adquirir algunos de sus atributos, percibir emociones, conocimiento y cambios muy intensos en nosotros. Lo ideal es aplicar el preparado en nosotros en un contexto ritual y meditar, dormir o realizar prácticas extáticas para escuchar aquello que nos tenga que decir, centrando nuestra atención en él y en lo que quiera que hagamos. Tras haber probado algunas veces de esta forma, cuando conozcamos su efecto en nosotros y qué tipo de interacción solemos tener, puede ser interesante incluirlo también en momentos de nuestro día a día en que necesitemos su ayuda o compañía. Tendremos algunos ejemplos de preparados en el apartado «Preparados con aliados vegetales».

◊ Ingestión. Siempre que el aliado esté identificado con certeza y sea apto y seguro para ingerir (frutos, hierbas comestibles o para infusión...) podemos ingerir el aliado. La ingestión es probablemente la forma de unión más íntima que hay: es su integración en nuestro interior a un nivel completo, tanto físico como espiritual. Por supuesto, este no es un nivel definitivo al que se tenga que llegar ni es necesario que todas las alianzas tomen este camino, porque en muchos casos no será posible; no por ello nuestra alianza será inferior o incompleta. En el caso de que deseemos probar esta vía es importante que, igual que hemos comentado en la aplicación tópica, lo hagamos en un contexto ritual y libre de distracciones para poder prestar la debida atención a los posibles efectos sutiles. Podemos hacerlo en el mismo territorio y luego dar un paseo o meditar, o en algún momento tranquilo en casa, como antes de dormir. Al igual que se habla en el mundo de los enteógenos, para cualquier aliado que vayamos a integrar en nosotros a un nivel espiritual profundo, sin necesidad alguna de que sea psicodélico, es importante que prestemos atención al *set* y el *setting* para tener una interacción satisfactoria. El *set* es el estado mental en el que nos encontramos, incluyendo nuestros pensamientos, estado emocional y expectativas de la experiencia. Antes de empezar, como cuando vamos a interactuar con un aliado en el territorio, deberemos cuidar que nuestro *set* esté bien serenando nuestro ánimo y despejando nuestra mente de distracciones para que no interfieran, por ejemplo mediante nuestra técnica de trance habitual. Si no estamos de humor, a menos que conozcamos al aliado y lo tomemos para obtener

su ayuda en ello, es mejor que dejemos la experiencia para otro momento. El *setting* es el entorno y la situación en la que vamos a tener la interacción: lo ideal es un entorno ritual enfocado al contacto con los espíritus locales, pero como mínimo consideraremos un entorno agradable en el que nos sintamos tranquilos, seguros, sin prisa y sin interrupciones.

◊ Amuletos. Cuando ya conocemos a un aliado, hemos hecho un trabajo profundo con él, tenemos su confianza y estamos familiarizados con la interacción que acostumbra a tener con nosotros, otro recurso interesante es que nos elaboremos un pequeño amuleto con él que podamos llevar encima como símbolo de nuestra alianza. El amuleto nos servirá para tener a nuestro compañero siempre con nosotros, para que nuestra unión y su influencia sobre nosotros sea algo más permanente. Podemos llevarlo como colgante o portarlo dentro de un saquito en contacto con nuestra piel, solo o acompañado de aquellos elementos que consideremos que son de su agrado o le favorecen. Evidentemente, ese amuleto siempre deberá tener la consideración de sagrado y ser tratado con amor y respeto. Si en algún momento deja de tener significado para nosotros o lo usamos por mera rutina, deberíamos plantearnos un rito para recargarlo o renovar la alianza si es que deseamos recuperar la conexión o dejarlo ir después de agradecerle, entendiendo que ya ha llegado el momento de separarnos.

-3-
ESPÍRITUS Y ALIADOS

Llegado este punto y conociendo ya cómo comenzar a trazar nuestra senda e interactuar con el territorio, es tiempo de que exploremos al fin a aquellos espíritus con los que nos encontraremos a lo largo de nuestro camino. Algunos de ellos, con trabajo y constancia, podrán devenir nuestros aliados.

Creo que a lo lago de la primera mitad del libro ha quedado patente que los espíritus, sean del tipo que sean, son seres complejos, y la forma en la que se muestran hacia nosotros puede ser muy variable. Sin embargo, el folclore acostumbra a dejar registro de aquellos aspectos comunes mediante los cuales los númenes del entorno se han expresado y han interactuado con el ser humano en un territorio a lo largo de la historia, proporcionándonos un valioso punto de partida para nuestro trabajo. Estos aspectos, que personalmente he visto muy reflejados en la realidad de mi práctica, son lo que trataremos a continuación, ahondando en las líneas generales que nos permitirán comprender mejor sus atributos y acercarnos a ellos de la forma más segura y respetuosa.

Lugares de poder

A lo largo de los siglos, la práctica religiosa popular y las leyendas han dejado clara la creencia de que ciertos lugares guardan un poder especial.

Para muchas sociedades paganas derivadas de los pueblos indoeuropeos y más tarde cristianizadas, especialmente pueblos celtas y germanos, el culto religioso y el contacto con los espíritus se realizaba en dichos lugares naturales especiales: bosques, montañas, formaciones rocosas, árboles, fuentes... De hecho, son abundantes en toda Europa los textos eclesiásticos medievales en los que se acusaban este tipo de prácticas pese al dominio de la religión abrahámica: en el siglo VI, por ejemplo, el obispo franco Gregorio de Tours condenaba que muchos párrocos toleraban la persistencia de la adoración a piedras, árboles y fuentes. En el siglo siguiente, el Sínodo de Nantes se quejaba de que la gente no se atrevía a cortar ni un brote de los árboles que consideraban sagrados, y que adoraban piedras en lugares ruinosos y en los bosques. En ese mismo siglo, en la *Vita S. Eligii,* escrita por Audoin, se menciona que ese culto se practicaba también en zonas liminales, fronteras y cruces de caminos, donde la gente encendía velas y entregaba ofrendas. Los ejemplos son variados y muy presentes pese a la cristianización, al punto de que muchos de esos lugares fueron sincretizados bajo el catolicismo y han permanecido como lugares de culto hasta la actualidad.

Estos emplazamientos pueden considerarse lugares de poder por diversos motivos: en la mayoría de casos, son sagrados porque se cree que en ellos habitan ciertos espíritus locales o deidades. En otras ocasiones, como sucede en los campos de batalla o edificios en los que han sucedido eventos traumáticos, porque guardan restos de la energía de esos sucesos del pasado. Otras veces se consideran lugares especiales porque se creen un punto de tránsito entre mundos, espíritus o corrientes de energía. Las posibilidades en el saber popular para que un emplazamiento contenga una energía especial son muy amplias.

Aunque estén abundantemente registrados en el folclore, existen muchos más lugares sagrados en el territorio de los que no queda noticia histórica. Igual que hay espíritus en todas partes, hay lugares energéticamente interesantes en todos sitios, y nuestro territorio de trabajo no será la excepción. De hecho, a menudo, aunque no quede un registro escrito, sí quedarán indicios reveladores si los sabemos ver mediante la deducción y la intuición. Es importante conocer e identificar los rincones de nuestro entorno que concentran una magia especial que nos proporcionarán un valioso punto de conexión, comunicación y energía. Si acudimos a estos lugares con asiduidad a practicar, pueden devenir aliados

muy poderosos para nuestra senda.

En realidad no es muy difícil identificar los lugares de poder, sobre todo porque cuando nos acercamos a uno, si estamos mínimamente atentos, tendemos a percibirlo. Aunque no veamos nada raro, el ambiente parece distinto, sentimos emociones intensas o raras sin un motivo concreto o simplemente nos llega la certeza de que ahí se mueve algo especial. Incluso podemos llegar a apreciarlo físicamente, ya sea porque los animales se comportan de forma poco habitual, suceden eventos extraños, o porque lo percibimos en nuestro cuerpo sintiendo, por ejemplo, la cabeza ligera o nublada, el pulso acelerado, presión en el pecho, cosquilleo, somnolencia, escalofríos... Aun así, cabe decir que los lugares sagrados no siempre son tan reveladores. En ocasiones parecen dormidos y no es hasta determinados momentos del día, como el atardecer, o situaciones concretas, como quedarnos a solas con ellos o entregar ofrendas que desvelan su magia.

En todo caso, aunque paseando por el territorio podamos notar esos lugares por nosotros mismos, resulta interesante conocer aquellos emplazamientos que en la creencia popular y en nuestro sustrato cultural tienen una carga excepcional, puesto que en muchos casos veremos una correlación real con lo que experimentemos en ellos. A continuación exploraremos los más atestiguados.

Lugares liminales ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Los lugares liminales son uno de los emplazamientos mágicos más importantes del folclore. Dentro de esta categoría se halla todo aquello que sea un límite o frontera entre dos espacios claramente divididos: límites de propiedades, umbrales, puertas, muros, cercos o vallas que dividen el territorio civilizado del salvaje, esquinas, caminos, cruces de caminos y puentes.

El sentido mágico del espacio liminal ha sido siempre, principalmente, que al ser un lugar de transición, un punto entre dos espacios, se trata de un lugar entre mundos y, por lo tanto, en un punto mucho más cercano al Mundo de los Espíritus. En la creencia popular, las divisiones, caminos y límites eran lo que física y simbólicamente daba orden a la realidad. Sin embargo, paradójicamente, dichas limitaciones, al no pertenecer a ninguno de los espacios que delimitaban y consolidaban, se creían condenadas a contener en su espacio el caos del que prevenían al resto del mundo, irrumpiéndose en ellas el orden de la realidad habitual.

Además, el folclore reflejaba que los espíritus naturales y de los muertos habitaban de modo permanente el espacio que no tenía propietario humano: aquello que no pertenecía a alguien en este lado era propiedad de los espíritus en el otro, y así sucedía con las zonas de paso entre lugares civilizados independientes, como los caminos, y en los parajes naturales.

Todas estas explicaciones, variando en motivo pero manteniendo una misma esencia, venían a dar un único resultado: estas zonas se creían lugares de transición no solo entre dos espacios humanos, sino entre el mundo tangible y el Otro Lado, entre el orden y el caos, y en ellos habitarían todo tipo de espíritus, en especial de carácter ctónico: *genii locorum,* seres feéricos, demonios, muertos, deidades oscuras...

En el trabajo con el territorio estos lugares pueden sernos un punto en el que establecer un contacto directo con númenes ligados a la muerte, las profundidades de la tierra, los misterios, la noche o la brujería, e incluso proporcionarnos un portal de cruce al Otro Lado, materia en la que por su extensión no ahondaremos en este libro.

Si bien en el folclore no hay divisiones estrictas y podemos encontrar gran variedad de espíritus en un mismo tipo de lugar liminal, suele haber ciertos patrones. Los espíritus naturales, por ejemplo, se ligaban en particular a los límites entre las propiedades humanas y el entorno natural: se creía que al construir en un medio salvaje, los númenes que habitaban en él eran expulsados de la recién inaugurada propiedad y quedaban viviendo en el borde de la misma, esperando en muchos casos a volver a conquistar el territorio perdido. Por eso, se realizaban ofrendas y devociones en el límite de la finca a fin de apaciguarles y tener una relación favorable. En este lugar, por ejemplo, podremos probar a trabajar con los *genii locorum* de nuestra naturaleza más próxima para que aprueben nuestra vivienda y favorezcan su prosperidad.

De esta creencia provienen también las atribuciones mágicas de los cercos en la brujería, entendiéndose el cerco como la frontera que separaba el mundo civilizado y vivo, la población, del mundo salvaje natural, hogar de los espíritus y los muertos. El cerco en la brujería se percibe sobre todo en un espacio espiritual, la zona crepuscular que no pertenece ni a un lado ni al otro en la que la bruja puede realizar prácticas con un pie en cada mundo o incluso transitar para cruzar completamente al Otro Lado. El cerco puede tener representación física y ser un lugar del territorio al que se acude como portal al Otro Lado: una valla, un muro, una enramada, un lugar delimitado o cercado de alguna forma, o bien un espacio

en el que crezcan ciertas plantas tradicionalmente usadas para dividir el territorio o presentes en zonas limítrofes, como el endrino o la zarzamora. Estos espacios pueden ser lugares de poder interesantes para la práctica de contacto con espíritus muy variados, pero en especial con muertos y entidades iniciadoras de la brujería, como Hécate, Diana o el diablo folclórico, que por otro lado pueden presentarse también en otros espacios liminales.

Existen muchos otros ejemplos de espíritus habitando lugares liminales del territorio: para los romanos, los espíritus domésticos habitaban en el umbral de la puerta y, de hecho, existían deidades específicas de estos espacios, como Cardea o Jano. Incluso aún en el siglo xx, en mi tierra, durante Todos los Santos se dejaban castañas en las esquinas (límite entre dos paredes) para los muertos y se creía que uno debía tener cuidado al cerrar las puertas para no hacer daño a las ánimas del purgatorio, que estaban en el umbral. Aunque el culto doméstico no sea el tema de este libro, cabe mencionar que estos indicios son muy interesantes para el trabajo espiritual en casa.

Otro vestigio llegado a nuestros días de la importancia de la liminalidad en el folclore es la abundancia de relatos en que seres mágicos se aparecen en puentes y caminos. La pervivencia de esta creencia pagana, cristianizada a menudo a través de la figura del diablo, que se aparece en lugar de esas criaturas (duendes, hadas, muertos, procesiones espectrales y otros espíritus naturales) y toma algunos de sus atributos denota su popularidad. En los puentes, es posible que podamos trabajar con espíritus de las aguas y también con los muertos ya que, como veremos más adelante, las aguas se consideran frontera con el Inframundo.

Los caminos, por su lado, se entendían como un lugar desprotegido entre núcleos civilizados, por lo que como hemos comentado con anterioridad, pertenecían a los espíritus salvajes y a los muertos. De hecho, aunque los aspirantes a algunos oficios ligados al Otro Lado como chamanes, curanderos o loberos buscaran voluntariamente alejarse de la comunidad para contactar con estos seres, el destierro resultaba uno de los castigos más temidos, porque comportaba la pérdida de la identidad humana y condenaba al proscrito a fundirse con ese mundo incivilizado regido por los espíritus y poblado de infinidad de peligros.

No por nada a los delincuentes se les colgaba y enterraba en los caminos, en los que sus almas no podrían regresar a importunar al núcleo de la comunidad y quedarían castigadas a no hallar descanso, vagando y amenazando a los viajeros. Tan notable se creía la actividad de los malos espíritus en los caminos,

incentivada aún más por la peligrosidad física de los mismos, que era frecuente la santificación de estos espacios mediante altares a deidades protectoras de estos lugares y, posteriormente, mediante cruces.

El lugar de poder que más contiene las características liminales ya vistas en los ejemplos anteriores y que reúne en sí mismo una enorme cantidad de mitos, creencias y prácticas es sin duda la encrucijada.

La encrucijada ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

La encrucijada representa en el territorio el espacio por excelencia de los espíritus que vagan, de las entidades oscuras, de los muertos y de los misterios del Otro Lado. Es en el folclore el máximo exponente de la intersección entre nuestro mundo y el Más Allá: un punto que no pertenece ni a uno ni a otro, pero desde el cual se puede llegar a ambos dependiendo del camino que se tome.

El poder mágico de las encrucijadas es un legado que nos ha quedado principalmente del mundo grecorromano, aunque en áreas de mayor influencia celta y germánica se encuentran creencias y prácticas muy similares. En el mundo clásico los cruces de caminos se asociaban principalmente a los dioses Hermes y Hécate, curiosamente ambos entendidos entre sus múltiples facetas como entidades psicopompas, es decir, que guían y cuidan a las almas en su viaje al Inframundo. La asociación era clara: si guían y protegen en la transición del alma al Otro Lado, el camino final del ser humano, protegerían también en los caminos y transiciones de este mundo. Esto se reafirmaba más aún considerando que los caminos y las encrucijadas se entendían ya de por sí como puntos más cercanos al mundo de los muertos y, por lo tanto, serían clara jurisdicción de estas deidades.

En las encrucijadas se practicaba con bastante popularidad el culto a estas deidades a fin de que protegieran en los viajes y en los momentos de transición, guiando con su luz en la oscuridad e indicando el camino correcto. Tal y como atestigua Plutarco, eran comunes allí los altares a Hécate, en los que se le dejaba comida especialmente durante las lunas nuevas y se le rogaba en momentos liminales, como la última noche del mes.

Los cruces de camino estaban sujetos a muchas prácticas mágicas. En ellos se llevaban a cabo ritos de protección para que los momentos de incertidumbre, nuevos comienzos y cambios (encrucijadas en la vida) fueran suaves y tuvieran buen resultado. A este fin, personalmente recomiendo que si se desea hacer este

tipo de rito en una encrucijada se haga a primera hora de la mañana, como momento de nuevos inicios, o al menos de día, tiempo en que los espíritus atormentados están más inactivos por la luz apotropaica del sol.

Por otro lado, era también muy común practicar en ellos magia amorosa y magia destructiva o maldiciones, sobre todo dejando fetiches de cera con forma humana sobre los cuales se hubiera llevado a cabo el hechizo, con la finalidad de que los espíritus nocturnos de la encrucijada llevaran a cabo la tarea mágica encomendada. Además, los cruces de caminos se utilizaban, como ya hemos visto con los cuerpos de los delincuentes, para deshacerse de aquello que uno no quería que regresara a la comunidad, a su vida o su hogar: residuos de prácticas mágicas y despojos, representaciones de diversos males, desechos de todo tipo... La importancia de todo el conjunto de prácticas mágicas asociadas a la encrucijada era tal que aún a día de hoy son de lo más comunes en la hechicería popular.

Finalmente, cabe mencionar que en esta categoría podemos contemplar también las bifurcaciones o puntos de encuentro de tres caminos como espacios liminales similares a la encrucijada, ya que folclóricamente se han asociado al diablo por la forma de horca que dibujan. Estos espacios, por lo tanto, también se han entendido como lugares de apariciones y de hechicería, sincretizando pese a la figura del diablo los atributos mágicos paganos de la encrucijada.

Después de esta revisión, podemos afirmar que tanto las encrucijadas como los caminos son una buena posibilidad para trabajar espiritualmente en nuestro territorio, teniendo en cuenta que es recomendable realizar un acercamiento espiritual cauteloso si se quiere trabajar con las segundas en horas nocturnas. Podemos prestar atención a aquellos cruces más longevos en las inmediaciones de la población, que quizá podamos encontrar en mapas antiguos, o averiguar si tenemos cerca calzadas romanas. Los caminos marcados por grandes plátanos de sombra también pueden ser interesantes y demarcar vías muy usadas en el pasado, puesto que estos árboles se plantaban para aliviar del calor en los viajes antes de que existieran los automóviles. Evidentemente, es práctico averiguar si existen espacios liminales que se hayan usado mucho en el pasado o todavía se utilicen ya que es posible que hayan reunido en sí mismos mucha energía, pero eso no quiere decir que las encrucijadas modernas no sean interesantes. Al fin y al cabo, un cruce de caminos siempre será poderoso por el mero hecho de ser lo que es.

Si tenemos un altar en casa, la encrucijada resulta un buen lugar para entregar

las ofrendas a los muertos o entidades liminales cuando llegue el momento de deshacernos de ellas.

Para terminar, es importante mencionar que la liminalidad no es solo un fenómeno espiritual a nivel espacial, sino también temporal. En los momentos liminales que no forman parte ni de un tiempo ni de otro, como la noche, especialmente la medianoche, fin de año, el amanecer o el atardecer, Navidad y San Juan (sincretizados de las creencias de los solsticios) es cuando los espíritus se han considerado más activos y el velo entre ambos mundos es más fino. No por nada las historias nos hablan de que el diablo se aparece a las doce de la noche en las encrucijadas, la flor del helecho solo florece durante las campanadas de medianoche de la víspera de San Juan, las brujas hacen su gran asamblea la noche de San Silvestre (31 de diciembre) o la Cacería Salvaje cabalga los cielos entre Navidad y Epifanía. Este es un fenómeno que podemos aprovechar para nuestro trabajo en lugares liminales: un cruce de caminos puede dar una interacción muy distinta si se trabaja en él a lo largo de la mañana o justo a la medianoche de un solsticio.

Cementerios ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Los cementerios, tal y como atestigua la abundante cantidad de leyendas e historias sobre apariciones acontecidas en ellos, son otro de los lugares de poder más reconocidos. La creencia general es que los espíritus de los muertos enterrados habitan en ellos y, por lo tanto, son un lugar de contacto con las ánimas. Del mismo modo, y en cierta forma también entendidos como lugar liminal (límite entre el mundo de los vivos y el de los muertos) se reconocen como punto de acceso al Otro Lado y de presencia de númenes de la muerte, psicopompos o del Inframundo.

Nuestra percepción de los cementerios está muy influenciada por el tabú occidental actual hacia la muerte, lo que los ha convertido en lugares considerados peligrosos, terroríficos o a evitar. Sin embargo, en contraste con las encrucijadas, que sí contienen folclóricamente esa carga espiritual más densa, oscura o incluso peligrosa, los cementerios, en la mayoría de casos y en especial durante el día, acostumbran a ser espacios muy tranquilos espiritualmente. Al fin y al cabo, mientras que la encrucijada alberga a los espíritus que vagan atormentados, los camposantos son lugares de descanso en los que el muerto sí está tranquilo en su espacio legítimo. Por eso es común que en muchos países del

centro y el norte de Europa los cementerios sean parques por los cuales la gente va a pasear y a leer, porque realmente tienen la capacidad de transmitir paz y calma. En muchos lugares, además, los cementerios están cercados con una tapia cuya función física y simbólica es la de separar y proporcionar un lugar legítimo tanto a vivos como a muertos: los muertos tienen un hogar en el que estar tranquilos y protegidos y los vivos contienen a los muertos para que no salgan a importunar.

Durante la noche, el ambiente puede ser algo más activo: según el folclore, los muertos pertenecen a la noche, y es cuando el sol no puede expulsarlos que pueden manifestarse en la superficie de la tierra. Por este motivo es típico que los trabajos con los muertos en los cementerios suelan llevarse a cabo en las horas nocturnas.

En nuestro territorio, trabajar con el cementerio local nos puede otorgar serenidad y capacidad de ver nuestras preocupaciones desde un punto de vista más desapegado. Ser conscientes de la muerte nos hace reubicar la importancia de las cosas en la vida. Por supuesto, estos espacios también podrán ayudarnos a dejar morir o sacar de nuestra vida aspectos que queremos dejar atrás, como la hechicería popular atestigua: en ellos se entierran fetiches o elementos que representen aquello de lo que uno se quiere librar para que no regrese a su vida. Se le da una sepultura en un lugar legítimo para que, igual que los difuntos enterrados allí, no regrese a atormentar.

Los cementerios son un buen lugar para el culto a los ancestros de sangre, de linaje o de territorio y para la práctica necromántica con ellos (adivinación mediante la comunicación con los muertos). Podemos comunicarnos con ellos mediante nuestros métodos adivinatorios de preferencia tras haber pedido su ayuda (es preferible, como siempre, habiendo realizado un trabajo previo con ellos para cultivar una buena relación y preparándonos al menos en un trance ligero). Evidentemente, al igual que si tratamos con muertos en encrucijadas, siempre deberemos asegurarnos de estar protegidos y tener recursos de seguridad para cortar de forma segura cualquier interacción desagradable, como contemplaremos en el apartado «Precauciones en el trato con espíritus».

Cabe decir que pese a que los cementerios en general sean lugares tranquilos, su evidente asociación con los muertos los convierte también en espacios de interacción con espíritus menos amables. Ya en la Grecia y la Roma clásicas, del mismo modo que las encrucijadas, los cementerios eran lugares en los que se dejaban tablillas y efigies mágicas especialmente con carácter de maldición. Estas

prácticas solían ir destinadas a solicitar la ayuda de los muertos que, pese a estar en el cementerio, no hallaban descanso: aquellos a los que no se había enterrado siguiendo correctamente la ritualística, aquellos que habían muerto antes de hora (sobre todo niños y mujeres fallecidas en el parto) y aquellos difuntos que habían fallecido de forma violenta.

Un elemento interesante de trabajo en los cementerios más allá de los muertos son los aliados vegetales que habitan en él, en particular los árboles: destacan los cipreses y los tejos. En el inconsciente de nuestra cultura, ambos árboles cumplen en los cementerios una función de *Axis Mundi*, de escalera entre mundos a través de la que los muertos enterrados descienden al Inframundo o ascienden a los planos celestes.

El ciprés es un árbol funerario en el área mediterránea desde la más remota antigüedad. En el ámbito grecorromano, del cual nos ha sido legada principalmente su asociación, era un árbol relacionado con deidades ctónicas y del Inframundo como Plutón/Hades, Proserpina/Perséfone, Saturno y Silvano, utilizándose a menudo como ofrenda y atributo en sus representaciones. Su verticalidad, su follaje perenne y su madera aromática e incorruptible lo convertían en un material muy usado en la ritualística funeraria y en un símbolo de la regeneración y la permanencia tras la muerte. Ya en el ámbito católico, el ciprés se siguió considerando un árbol funerario, esta vez como un símbolo del ascenso a los cielos.

Del tejo, por su parte, nos ha llegado su asociación con los muertos principalmente de las sociedades celtas. Muchos cementerios cristianos, de hecho, se han construido alrededor de un tejo de mayor antigüedad que marcaba el lugar como necrópolis pagana o espacio de culto a los muertos (tenemos ejemplo de ello en los tejos de Santa Coloma y de Bermiego, ambos en Asturias). Sus asociaciones con el ámbito funerario son varias, destacando su carácter perenne y su longevidad como símbolos de permanencia y ancestralidad (puede alcanzar más de 2000 años) y la peculiaridad de sus ramas, que crecen hacia abajo (hacia el mundo de los muertos) a veces hasta penetrar en la misma tierra. Sin embargo, un elemento que, sin duda, lo ha conectado al ámbito funerario es la toxicidad mortal de todas sus partes excepto los arilos que rodean las semillas. El tejo fue utilizado por los celtas como veneno tanto para emponzoñar armas como para el suicidio, como bien atestigua Julio César en su *Guerra de las Galias*, con un carácter de muerte sagrada y unión con los ancestros. Ovidio, por su lado, en su *Metamorfosis*, también asoció el tejo a los muertos al describir que el camino al Inframundo estaba flanqueado de estos árboles y amparado bajo su mortífera

sombra. De este modo, el tejo ha quedado anclado en el imaginario colectivo como un árbol que comunica con los ancestros y con el Otro Lado, que ancla sus raíces en el Inframundo y que como guardián imperturbable, mantiene a los muertos tranquilos y controlados bajo su aura soporífera.

Los árboles del cementerio, en particular aquellos con tanta carga simbólica y cultural como los que hemos descrito, pueden ser aliados muy valiosos para las meditaciones y visualizaciones de cruce del cerco o descenso al Inframundo, así como para contactar con nuestro propio arquetipo de la Sombra. En el caso del ciprés podemos sentarnos apoyados en su tronco a la hora de meditar, mientras que para el tejo no es recomendable pasar mucho rato bajo su sombra por la volatilidad de sus activos tóxicos, en especial en días de calor. Podemos solicitarle su ayuda, dejarle nuestras ofrendas o aquello que queramos entregar al Otro Lado enterrado junto a su tronco y luego sentarnos a una distancia prudencial a meditar o reflexionar. Si tomamos parte de ellos, nos pueden ayudar enormemente en formato de polvo, aceite e incienso (¡cuidado con el tejo!) para el trabajo necromántico o el culto devocional a los ancestros.

Al acudir a trabajar a un cementerio deberíamos tener en consideración que a nivel folclórico se considera el hogar de los muertos, sobre todo por su carácter de recinto cerrado, y que por lo tanto nuestro comportamiento debe ser el mismo que si acudimos a casa de alguien. Las muestras de educación como llamar a la puerta o saludar antes de entrar y llevar algún regalo de cortesía son muy bien recibidas y, por supuesto, es importante no ensuciar y no llevarnos nada sin permiso para que nuestra experiencia en el lugar sea positiva.

Así como el cementerio puede ser considerado un lugar de poder, también lo son sus alrededores y el camino al cementerio, que según la creencia popular se transita en ambos sentidos: los vivos vamos a llevar a nuestros muertos, a cuidar sus tumbas y a visitarles, y los muertos vienen por el mismo camino a visitarnos en algunas ocasiones anuales como en el Día de Difuntos y Todos los Santos. Por lo tanto, podemos extender nuestra investigación también a las inmediaciones del camposanto.

Montañas y colinas ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Prácticamente en todas las culturas paganas de ascendencia indoeuropea podemos hallar un mismo tipo de divinidad soberana. Se trata del dios supremo celeste, un dios progenitor que representa el orden y la estructura sobre las

fuerzas del caos, la soberanía, la protección y la justicia. En muchos casos, este dios es considerado propiciatorio y se establece como contraparte de la diosa de la tierra y demás divinidades ctónicas, actuando como la fuerza activa fertilizadora que proviene de los cielos. En este sentido suele asociarse íntimamente a la lluvia y al rayo. Tenemos muchos ejemplos de dioses de este tipo: Júpiter, Zeus, Taranis, Thor, Perún, Indra...

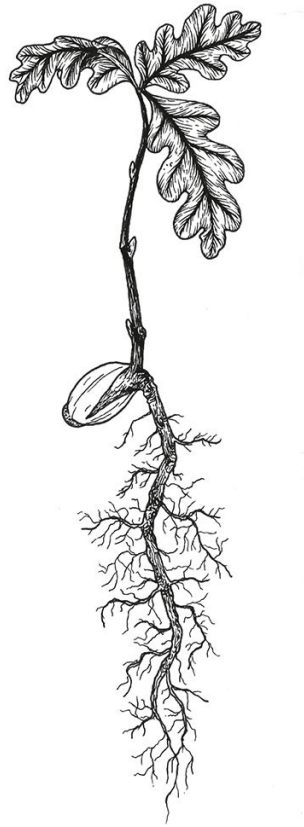
Este tipo de dioses se creían que habitaban en una gran montaña, en los cielos o en el plano superior del *Axis Mundi*, y, por lo tanto, su culto se establecía principalmente en lugares altos. Zeus era adorado en el volcán Etna y en el monte Enos, y el templo más importante a Júpiter se hallaba en la colina Capitolina. El mundo celta hispano tampoco era ajeno al concepto. Podemos apreciar vestigios en los nombres de montañas y en los apelativos de dichos dioses, como en el caso del monte Teleno, lugar de adoración del dios celeste de los astures, Tileno, o la inscripción a *Iuppiter Candamius*, hallada en Candanedo, antiguamente llamado Monte Candamio. Por toda el área gala se han hallado un gran número de altares, inscripciones y símbolos celestes como ruedas y esvásticas asociados a este tipo de dioses en montañas y parajes elevados. Incluso para el cristianismo, su Dios comparte muchos atributos con los dioses celestes paganos, y los montes siguen quedando reflejados como lugares de revelación divina: en ellos se ordenó a Abraham que sacrificara a su hijo, se entregaron los mandamientos a Moisés y Jesús predicó su sermón de la montaña.

Las montañas y colinas pueden resultarnos lugares de poder interesantes para conectar con deidades, espíritus o energías de carácter soberano, celeste o solar. El trabajo en este entorno no solo nos puede acercar a ellas, sino que nos puede ayudar a pensar de forma más clara y ver los problemas con mayor perspectiva, trabajar en los aspectos más estructurales de nuestra vida y hacer peticiones de protección y justicia. De hecho, uno de los ritos más simples y a la vez más poderosos para despojarnos de nuestras cargas y obtener consejo y un mejor punto de vista es subir una montaña en solitario o, al menos, en silencio. El esfuerzo, el agotamiento y la observación del entorno suponen un proceso meditativo muy poderoso que, si se emprende teniendo presente la preocupación que nos importuna, llegado a la cima tiene un efecto muy iluminador. Puede resultar un verdadero viaje iniciático del que cuando regresemos, descendiendo la montaña, ya no seamos la misma persona que la ascendió. El mismo proceso de ascender es también una purificación y un inductor al trance, con lo que nos ayudará mucho si luego queremos hacer algún rito en la cima, ya sea devocional o mágico, como dispersar en el viento las cenizas de algo que deseamos soltar o

buscar augurios en las nubes o el vuelo de las aves.

Bosques y arboledas ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Las arboledas y bosques fueron uno de los lugares de culto más importantes en la Europa pagana. Tácito ya dejó testigo de ello en su obra *Germania*, en la que habló de que los germanos no consideraban adecuado para sus dioses encerrarles en figuras humanas o edificios, y que en su lugar les consagraban bosques que contemplaban con veneración. La dendrolatría, o culto a los árboles, es un atributo muy importante en el paganismo más temprano de muchos pueblos, del cual tenemos infinidad de vestigios aún hoy en día en territorio hispano. El culto arbóreo podía tener varios enfoques: podía adorarse al árbol como espíritu en sí, podía entenderse al árbol como un lugar en el que habita la presencia de un *genius loci* o podía entenderse el árbol no como espíritu sino como *Axis Mundi,* como medio de conexión con divinidades externas que habitaran en planos superiores o inferiores. Este último enfoque es muy frecuente en aquellos árboles viejos bajo los que se hacían asambleas y juramentos en los pueblos: el árbol representaba la continuidad de la comunidad a lo largo de los años y las generaciones y, al hablar bajo él, que habría visto a a todas esas generaciones pasar y se enraizaría en el Inframundo, se involucraba a los ancestros en las decisiones que se tomaran. Por poner otro ejemplo curioso, en algunas zonas de Cataluña las parejas que deseaban casarse pero no tenían el consentimiento familiar se daban las manos bajo dos árboles que tuvieran las ramas enlazadas, quedando así unidos para siempre incluso por encima de la ley civil y la de la Iglesia, demostrando que la unión oficiada por los espíritus, interpelados a través de los árboles, era más poderosa que ninguna.



En el folclore, el bosque representa la naturaleza oscura y salvaje que no ha sido domada por la influencia humana. Consecuentemente, no se rige por las normas de lo civilizado: es lo que hay más allá del cerco, un lugar que pertenece al Otro Lado y que no está sujeto al orden de la realidad habitual. Los bosques, resistiéndose a ser conquistados, son el espacio en el que los númenes del territorio permanecieron con el avance de la civilización y de la nueva religión, quedando como reductos del paganismo. Son uno de los entornos en los que la creencia popular conserva aún hoy en día la memoria de más criaturas y espíritus paganos pese a su evidente desvirtuación e infantilización.

Aun cuando su figura se adulterara tanto para gran parte de la población, en las zonas rurales los númenes de los bosques nunca han dejado de ser temidos y respetados por las comunidades testigos de su poder. Se consideran tan peligrosos como capaces de proporcionar prosperidad. Al fin y al cabo, son la expresión más cruda de la naturaleza, aquella que devora salvajemente la vida y aquella que nutre como una madre.

Las entidades del bosque no se reúnen bajo una tipología concreta, sino que se trata de centenares de númenes distintos que han hallado hogar en un mismo emplazamiento. Así, existen espíritus favorables que guían al viajero, le entregan regalos o le revelan secretos, y otros que se abalanzan sobre él como lobos hambrientos o buscan perderle y llevárselo para siempre.

Algunas entidades han conservado menos globalizadas sus características y proporcionan una información muy valiosa sobre las creencias y el culto pagano local, como por ejemplo la *Molsosa,* un espíritu del bosque antaño temido por los carboneros en la Cerdaña, o el *Basajaun* vasco. Sin embargo, la mayoría de estos seres han llegado atestiguados a nosotros en forma de feéricos como hadas y duendes, más o menos genéricos en función de lo que se ha conservado su carácter original en cada zona. En un próximo apartado hablaremos con más detalle de estos espíritus, pero cabe destacar ahora que el feérico, tal y como lo conocemos hoy en día, enmascara vestigios de muchas otras entidades y divinidades locales, algunas de las cuales recibieron mucho culto por su poder sobre la supervivencia de las comunidades rurales.

Entre estas divinidades de los bosques más atestiguadas encontramos al Señor de los Animales. Se trata de una tipología de deidad de probable origen indoeuropeo que se caracteriza por habitar en los bosques y poseer a menudo rasgos zoomorfos, especialmente cuernos o astas. Encontramos buen ejemplo de ello en el dios Pan griego, el Faunus romano y el Cernunnos galo. El Señor de los Animales, de notable naturaleza ctónica y muy ligado a la muerte y los procesos de renacimiento, gobierna sobre las bestias y sobre la faceta más salvaje de la naturaleza. Se relaciona con la caza, el pastoreo, la fertilidad del ganado y frecuentemente también la de las personas. En algunas de sus manifestaciones, su asociación a la fertilidad le otorga atributos mercuriales, ligándose a otros aspectos como la prosperidad material y el comercio.

En el área hispana, las entidades de este tipo se sincretizaron y unificaron en gran medida durante la conquista romana y en la posterior literatura religiosa católica bajo la figura romana de Silvanus, perdiendo en muchos casos los nombres, particularidades e individualidad regional que poseían con anterioridad. Silvanus no era exactamente una deidad concreta, sino que su nombre, que significa «de los bosques», se utilizaba más bien para designar al espíritu protector de los campos y los bosques de cada zona. Las menciones a esta figura en el folclore suelen enmascarar pues, con frecuencia, la existencia de un culto anterior autóctono a un *genius loci* de los bosques que pudiera tener atributos en común con las deidades que hemos descrito.

La pervivencia de este tipo de divinidad tras la cristianización fue muy importante a través de la figura del diablo folclórico (que diverge notablemente del diablo bíblico o del ámbito académico eclesiástico), en el que calaron con profundidad muchos atributos de entidades de este tipo como Pan y Fauno, enlazados estrechamente también con Dioniso y Baco, y caracterizados por la asociación a la fertilidad, a lo salvaje y extático, a la muerte, a los misterios y a los excesos sexuales y alcohólicos. Sus reminiscencias en la concepción popular del diablo y los vestigios de sus cultos extáticos supusieron un eslabón clave en la inspiración medieval del coventículo de brujas.

Si algo queda claro del carácter de los bosques como lugares de poder es simplemente que son espacios de lo numinoso bajo un sinfín de formas. Por lo general, contra más cerrados, más profundos y menos transitados por humanos sean, más salvajes e impredecibles serán también sus espíritus. Aquellas arboledas más próximas a poblaciones y habituadas a la presencia humana, por contra, acostumbrarán a mostrarse más abiertas y amables y resultan un buen lugar para comenzar a practicar. Al final, los espíritus serán distintos en cada bosque y, por lo tanto, nuestra experiencia en ellos puede ser muy variada. Quizá encontremos correlación con algún espíritu similar a Fauno, Pan o Silvanus, pero no siempre tiene por que ser así. Mi recomendación es que simplemente averigüemos si el folclore atestigua algún tipo de divinidad o feérico en la zona, pero que nos acerquemos al lugar sin expectativa de encajonar nuestra experiencia en ellos. Con cautela y de buena fe, estemos abiertos a quien se quiera presentar y dejemos que se muestre como es. No sabremos más hasta que no experimentemos.

Lugares encantados y de leyenda ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Otro espacio del territorio que puede resultar interesante para la interacción con diversos númenes son los lugares reconocidos como encantados y los lugares con leyendas asociadas. Se trata de aquellos parajes a los que el folclore atribuye historias que hacen referencias a contactos con algún tipo de espíritu: muertos, hadas, duendes, fantasmas, demonios, procesiones espectrales...

Dentro de estas historias podemos encontrar muchos patrones argumentales populares que ser repiten en infinidad de lugares, tomando un carácter casi arquetípico: el pacto en la encrucijada, el matrimonio con un hada, la procesión espectral que se lleva al testigo con ella, el regalo feérico que desaparece tras el

encuentro o es aparentemente algo sin valor hasta que se revela como oro, la aparición de la lavandera anuncio de desgracia, el hada de las aguas peinándose... Muchos de estos patrones son manifestaciones culturales halladas a lo largo de un territorio muy amplio, que pese a haber surgido con independencia de forma local resultan sumamente similares entre sí porque responden a un sustrato común de creencias. Estas leyendas que siguen un mismo patrón son frecuentemente mucho más que cuentos, son un valioso vestigio de las creencias precristianas del lugar y pueden revelar además antiguos lugares de culto.

Las leyendas ligadas al territorio han pervivido pese al paso del tiempo ya que la comunidad las ha seguido encontrando válidas o significativas y porque posiblemente han ido siendo reforzadas con frecuencia por nuevas experiencias que confirmaban la creencia (por ejemplo, cada pocas generaciones alguien volvía a ser testigo de una misma aparición mítica local, o conocía a una persona que lo había sido). Además, la creencia, compartida por mucha gente y reforzada periódicamente, puede contribuir mucho a alimentar la fuerza de un lugar a modo de egregor, estableciéndose una especie de simbiosis entre la energía del sitio y la de la comunidad que cree en él. A nivel de práctica con el territorio, todo esto se traduce en que, probablemente, los lugares encantados o con leyenda sean espacios en especial activos espiritualmente.

El tipo de númenes que podemos hallar en ellos puede variar mucho, pero para entenderlos es interesante partir de su caracterización en las leyendas o testimonios que hayamos encontrado. Los motivos repetidos entre diversas historias y testimonios que se refieran a un mismo emplazamiento pueden ser convenientes de evaluar como rasgos generales, pero aun así hay que tener en cuenta que en la formación de historias se suele tender a añadir elementos populares de otras similares para completar y dar cohesión al discurso. Además, toda historia es reflejo del entorno social y cultural en el que se ha creado, con lo que es importante cuestionar sus elementos y saber determinar en la medida de lo posible qué aspectos son sesgos de ello. Por ejemplo, en muchas leyendas hispanas a raíz de la reconquista se llama «moros», y caracteriza como árabes a entidades que muestran atributos de seres feéricos o muertos, ya sea en contexto despectivo o como asociación que representa que dicha entidad se trata de alguien de distinta naturaleza al humano corriente (entendido en aquella época como cristiano) como un espíritu o un hada.

Es interesante valorar el patrón y establecer comparativas con el mismo motivo en otros territorios, pero también es determinante examinar los detalles en apariencia aleatorios, sin sentido o encontrados en un solo testimonio, porque

pueden revelar aspectos menos genéricos y menos contaminados de los númenes del lugar. Evidentemente, la información que encontremos es solo un punto de partida, y será nuestra praxis de interacción con el espacio la que podrá confirmar o divergir de otros testimonios y proporcionar una gnosis personal acerca de la energía o los espíritus que habitan en el lugar.

Iglesias, santuarios y lugares de culto ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Los templos y otros lugares de culto pueden ser espacios de poder muy reveladores, puesto que sea cual sea su origen cristiano o pagano, han solido establecerse en emplazamientos energéticamente interesantes para lograr la mayor conexión posible con lo espiritual.

En los templos y lugares de culto precristianos el reconocimiento del entorno sagrado era algo muy consciente: el territorio era la puerta a los espíritus y a los dioses y, por lo tanto, el lugar elegido debía ser el mejor para contactar con la entidad que se buscaba. Los númenes de los bosques y de la naturaleza salvaje se adoraban en arboledas sagradas en las que se reconocía una fuerte actividad espiritual, los dioses celestes en las cimas de montañas y los ctónicos en pozos, cuevas o áreas pantanosas. En muchos casos, incluso las divinidades de panteón más extendidas en el territorio se adoraban como númenes locales entendiendo que habitaban o estaban estrechamente ligadas al territorio, como atestiguan los epítetos que las conectan con ciertas poblaciones: por ejemplo, no era el mismo dios Bandua en Longroiva, adorado bajo el epíteto *Bandua Longobricu,* que el Bandua *Rodaueco* adorado en la zona de Cáceres.

Cabe decir que esta concepción no cambió tanto tras el catolicismo, dado a que la asociación de lo divino con el territorio se mantuvo como rasgo cultural. Evidentemente, muchas iglesias y capillas se levantaron en lugares de previo culto pagano a fin de cristianizar dicho espacio e incentivar la transición de la población a la nueva religión, pero incluso tras muchos santuarios que no resultan ser este caso hallamos el vestigio de una espiritualidad ligada al territorio.

Tal y como exploraremos en el capítulo «Deidades paganas, vírgenes y santos», en la religión católica abundan las capillas, cuyo lugar de construcción ha sido elegido en función de una aparición mariana o el hallazgo de una imagen religiosa que se resiste a ser transportada y regresa constantemente de forma mágica al lugar en que se encontró. El culto, presencia y área de actuación de la

Virgen o el santo en cuestión se ligan inseparablemente a un ámbito territorial, y es alrededor de ese espacio al que pertenece o que le pertenece que se construye su santuario. Desnudando la historia de su máscara católica, la esencia es clara: se trata de un espíritu local cuya adoración desvinculada del territorio al que está ligado pierde el sentido.

Aun cuando nuestra iglesia local no contiene ninguno de los sustratos descritos, puede seguir siendo un lugar interesante energéticamente hablando. Es evidente que si incluimos elementos católicos en nuestras creencias, resultarán un punto de conexión con lo divino. Si no es nuestro caso, aun así, como habíamos contemplado ya al hablar de lugares encantados, el culto prolongado a un espacio lo alimenta de forma inevitable de energía y lo sacraliza. El vertido de las emociones y fe de tantas personas a lo largo del tiempo puede devenir en que el lugar se vuelva realmente energético, en que se cree un egregor o incluso en que se muestre como un foco que atraiga otras entidades espirituales cercanas.

Revisando el conjunto, hallamos que iglesias, capillas, santuarios, antiguos templos paganos o hallazgos arqueológicos como aras votivas y restos de ofrendas pueden ser muy reveladores para hallar lugares de conexión con espíritus o deidades. Al fin y al cabo, si resonaron como lugares de culto en su día fue por algo, y con un poco de trabajo pueden volverlo a hacer.

Lugares con aguas ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Desde la antigüedad, las aguas son uno de los elementos a los que más carga espiritual se les ha asociado por una simple razón: el agua es la vida. El culto a los cuerpos de agua es primordial en todo el área indoeuropea, quedando reflejo en ello en que a lo largo del territorio, la cantidad de deidades y entidades de las aguas atestiguadas es incontable.

Las extensiones acuáticas, como el mar, los lagos, los pantanos y los ríos caudalosos destacaron en época pagana en primera instancia como lugares de culto al Otro Mundo. Tanto en la península Ibérica como en el resto de Europa se han hallado una enorme cantidad de ofrendas votivas de la Edad del Bronce en puntos concretos de lechos de ríos, pantanos y lagos, especialmente armas inutilizadas, y muchas de ellas dotadas de simbología funeraria. Las aguas, como lugar de nacimiento, eran contempladas también como lugar de muerte y de regeneración, considerándose puertas al Inframundo.

Por lo general, las deidades acuáticas de estas áreas poseen características que responden a la tercera función en la clasificación de las divinidades indoeuropeas de Dumézil: la fertilidad, la prosperidad, la salud y el bienestar de la comunidad. Estas atribuciones, de hecho, ligan muy bien con las propiedades simbólicas y mágicas del agua: el agua sustenta a las personas, animales y vegetales; tiene la capacidad de gestar en su interior y posee un nexo evidente con el útero, la menstruación, las mareas y la luna, con lo que su relación con la maternidad y lo femenino se observa desde la más remota antigüedad. De hecho, la mayoría de divinidades y entidades de las aguas terrestres son femeninas (aunque evidentemente, también las hay masculinas). Por esta conexión con lo lunar, el agua también supone un elemento relacionado con el mundo emocional, los sueños y el inconsciente. Con esto, su nexo con la muerte sigue estando presente: en el ámbito indoeuropeo las diosas madre y de la fertilidad suelen ir ligadas a la muerte y sus misterios.

El agua sirve además para lavar, con lo que se le atribuye una capacidad purificadora. Especialmente en caso de fuentes y aguas termales, se le asocia la sanación, que en muchos casos se comprende como la purificación del cuerpo mediante la expulsión de los malos espíritus de la enfermedad.

En el territorio, la importancia del culto a las aguas nos lega un sinfín de posibles emplazamientos de trabajo. Los más evidentes son el mar, los lagos, las zonas pantanosas y los ríos, pero cabe destacar además las fuentes, los pozos y los manantiales termales, también importantísimos lugares de culto en el pasado, y otras manifestaciones acuáticas menos reconocidas pero igualmente interesantes, como las corrientes hidráulicas subterráneas y los lavaderos.

En el folclore y la mitología, el mar suele aparecer con una asociación clara a la vida y a la muerte. El océano es el origen de todo, el útero primigenio del que todo parte y al que todo regresa. Proporciona el alimento y la abundancia para los pueblos establecidos a su orilla, cuyo sistema de vida depende enteramente de él, pero sin embargo, es también portador de desgracias. En el sustrato folclórico el mar se considera un lugar en el que quedan atrapadas las almas de los ahogados, que al no ser enterrados siguiendo los ritos funerarios pertinentes restan sin descanso. Esta creencia visible ya para los pueblos germanos, griegos y romanos persistió tras la cristianización, reuniendo un gran número de historias sobre apariciones de marineros y embarcaciones fantasmales. Por este motivo, aunque algunos espíritus de las aguas marinas como las oceánides y las nereidas solieran representar los atributos más amables del mar, como la belleza, la calma y la prosperidad, es frecuente que otros entes de las aguas marinas como las

sirenas tomaran un carácter más destructivo, absorbente o temperamental.

Si bien los grandes cuerpos de agua y las zonas pantanosas acostumbran a contemplarse como lugares de conexión con la muerte y los ancestros, otros entornos acuáticos suelen albergar energías y espíritus distintos.

En los ríos de menor caudal, pozas, pozos, arroyos y fuentes es común encontrar una infinidad de leyendas que caracterizan a sus númenes como espíritus femeninos de tipo feérico. Estas entidades, como las *dones d'aigua*, aloges, xanas, anjanas o mouras, han quedado representadas con gran belleza y juventud, apareciéndose por norma en horas nocturnas bañándose en las aguas, tendiendo sus ropas en la vegetación o peinando sus cabellos. Las historias suelen mostrar a estos seres primariamente como otorgadores de prosperidad y riqueza, reflejando la función que este tipo de cursos de agua tenían para la comunidad: irrigar la naturaleza y los cultivos que alimentaban y proporcionaban abundancia al ser humano. Por lo general, en consecuencia, se representan como espíritus muy abiertos a la interacción positiva con los humanos, pero a los cuales nunca se debe ofender por la dureza con la que dan castigo: al fin y al cabo, tanto pueden otorgar esa prosperidad como quitarla.

Otra representación común de los espíritus acuáticos de ríos, fuentes y pozas en el folclore son las serpientes y dragones. Estos seres, aunque muy demonizados bajo el prisma cristiano, simbolizan en el mundo pagano la transmutación y la regeneración, entendiéndose a menudo como representaciones de la sanación.

Los cursos de agua, en particular las fuentes, se han usado tradicionalmente para pedir deseos, amor, salud y juventud, ya sea de forma verbal o mediante algún rito de ablución, como lavarse la cara o beber. Dichos ritos suelen tener lugar en fechas específicas, como el 1 de mayo o San Juan, cuyas vísperas son consideradas momentos liminales en que estos espíritus se dejan ver con mayor facilidad y las virtudes mágicas de las aguas son excepcionales. Cabe decir que en gran parte de estos ritos tradicionales, hasta no hace mucho, se proporcionaba un pago a cambio para no ofender al espíritu del lugar y obtener de su favor aquello solicitado. Este pago solía ser un mendrugo de pan, pero también se atestiguan monedas, piedrecitas o agujas dobladas.

Otro lugar que merece una especial mención son los antiguos lavaderos. Los lavaderos están muy relacionados con una serie de espíritus femeninos que oscilan entre el carácter feérico, como las *dones d'aigua* que lavan y tienden sus ropas en el río, y las entidades del destino. Es el caso de las *lavanderas*, espíritus que se aparecen de noche en la forma de mujeres lavando ropa ensangrentada como anuncio de una próxima muerte. En otras versiones, solicitan la ayuda del transeúnte para escurrir el agua de una prenda, pudiendo terminar el encuentro de forma favorable o desfavorable en función de la dirección en la que se retorciera la prenda.

Si bien estas apariciones se suelen considerar de carácter maléfico, revelan que los lavaderos, como punto de conexión con las aguas, la muerte y las deidades del destino, pueden ser espacios interesantes para la adivinación (lo que a nivel personal puedo decir que me ha funcionado realmente bien) y el culto a diosas de este ámbito, que también suelen tener relación con la maternidad. De hecho, en algunas versiones, para más nexo, las lavanderas se consideran los espíritus de mujeres muertas en el parto.

Finalmente, cabe mencionar que es interesante conocer los cursos de agua subterráneos en nuestro entorno y los ciclos estacionales del agua mediante la observación de lechos de ríos secos, torrenteras, pozos y mapas locales. En ocasiones, esto puede ser muy revelador para comprender las características energéticas de un emplazamiento; por ejemplo, puede que no tenga agua visible, pero el agua subterránea le otorgue ciertos atributos.

Una forma en la que podremos interactuar con las zonas de aguas una vez tengamos confianza con el entorno será introducir las manos, lavarnos la cara o bañarnos en ellas. Personalmente, realizo este tipo de rito sobre todo cuando tengo la necesidad de purificarme o transmutar una energía que me está perjudicando, ya que si se lo pedimos con devoción, los cursos de aguas se llevan todo lo que no necesitamos. En este sentido, los ríos y el mar son lugares excelentes para lanzar a ellos aquello que ya no queremos en nuestra vida: se devuelve a las aguas primordiales para que ellas lo retengan, se lo lleven o lo transmuten. Un rito muy útil para esto es tomar una piedra del lugar entre las manos, transmitirle con toda la emoción posible aquello que queremos dejar atrás, despedirnos y lanzarla con todas nuestras fuerzas al agua.

Otro aspecto por el que adoro mojarme, bañarme y sumergirme en los lugares naturales de aguas es que me proporciona una enorme sensación de comunión con el entorno y sus espíritus, como si fuera una entrega total a ellos, especialmente si uno se muestra vulnerable y desprovisto de toda ropa. Si el agua está realmente fría, puede ser un excelente inductor al trance que nos ayude a conectar con los númenes del lugar, ¡siempre teniendo en cuenta de no coger una hipotermia! Sumergirnos en las aguas también es un acto interesante si se realiza como parte de un rito de iniciación, de transmutación o de paso, siempre que queramos marcar un antes y un después en algún proceso interno.

Cabe decir que los espíritus de fuentes, pozos, playas y ríos cercanos a poblaciones suelen estar acostumbrados a la interacción humana, con lo que este tipo de lugares suelen ser muy buenos para comenzar a familiarizarnos con el trabajo con el territorio. Son de hecho uno de mis entornos favoritos. Se ha de tener en cuenta que, como se ha mencionado, suelen ser espíritus a los que agradan las ofrendas (un poco de leche, un mendrugo de pan, unas gotas de miel...) cuando se les formula una petición. Si tomamos agua de ellos, lo mejor es usarla en menos de un día para que conserve su frescura y propiedad renovadora.

Cuevas y grietas ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

En el sustrato folclórico europeo existe una creencia casi omnipresente en la existencia de mundos subterráneos a los que se accede mediante cuevas, grietas en la tierra, túmulos y lugares de aguas. Estos mundos subterráneos responden al plano inferior del *Axis Mundi* y son el lugar de las entidades ctónicas.

Lo ctónico es aquello que corresponde al ámbito bajo la tierra y que por lo

general tiene una conexión muy íntima con la muerte y con la fertilidad del territorio. El nexo entre ambos aspectos se establece entendiendo que la vida es un regalo de la muerte, un don otorgado desde abajo: es en su ámbito subterráneo y oscuro que se gestan las semillas, es gracias a la materia muerta que la tierra se vuelve fértil y es gracias a los espíritus del invierno que las cosechas se regeneran en primavera. Existen muchas divinidades ctónicas ubicadas en algún punto del espectro entre la muerte y la fertilidad: Perséfone y Hades para los griegos, Saturno para los romanos, Hel para los germanos, Ataecina para los íberos, Mari para los vascos...

Los planos subterráneos se relacionan en primera instancia con el Inframundo, lugar al que van las almas de los muertos. El Inframundo, en contra de la visión cristianizada del mismo, no supone siempre un lugar de castigo y tormento en las religiones paganas europeas, aunque sí puede tener un área asignada a las almas de los delincuentes y otros muertos deshonrosos. Por ejemplo, dentro del Inframundo griego se halla el Tártaro, prisión de los titanes, que tras la adopción romana fue también lugar al que las almas de los malvados eran enviadas. Por contra, se hallaban los Prados de Asfódelos y los Campos Elíseos, que eran lugares agradables designados para los muertos corrientes y los héroes respectivamente.

Sin embargo, el ámbito subterráneo no solo es dominio de los muertos, sino de toda una serie de espíritus que responden al lado más fértil de lo ctónico: los seres feéricos. Existe una innumerable cantidad de leyendas que asocian a hadas, duendes, enanos y dragones a un maravilloso mundo subterráneo lleno de riquezas y abundancia. El mejor testimonio de ello es probable que sea el mundo feérico irlandés, el Sidhe, pero encontramos paralelismos en las creencias de la península Ibérica y prácticamente la totalidad de Europa. Con frecuencia, existen ciertas fechas como el solsticio de verano que el folclore relaciona con la apertura de sus portales ubicados en cuevas, túmulos y grietas, proporcionando la posibilidad a los humanos de acceder.

Cabe decir que en época cristiana las cuevas mantuvieron bastante su condición de puerta al mundo de las hadas o de hogar de divinidades ctónicas como Mari, pero también fueron sincretizadas como accesos al infierno. De este modo tomaron muchos elementos de la imaginería herética, se convirtieron en espacios de aparición del diablo y fueron ubicación clásica para el Sabbat de las brujas, posiblemente tomando elementos vestigiales de cultos anteriores en estos lugares.

Las cuevas son lugares de contacto con lo más profundo de las energías de la tierra y de nosotros mismos. Son sitios muy potentes para meditar en nuestros aspectos internos más oscuros u ocultos, y para ritos en los que busquemos el aislamiento, la oscuridad y tomar distancia de todo para poder ver aquello que subyace y que no es visible bajo la luz. Son unos de los mejores lugares para los ritos de paso o iniciáticos, puesto que las cuevas son el útero de la tierra: introducirnos en ellas de forma ritual representa simbólicamente la muerte y el regreso al mundo de los espíritus. Pueden suceder muchas cosas una vez dentro, y son comunes las pruebas que nos harán pasar miedo o derrumbarán nuestras estructuras más profundas antes de obtener la información buscada o una revelación. Al fin y al cabo, en ese acto nos acercamos a los misterios de la muerte, y sus espíritus buscan comprobar que somos dignos del conocimiento que pueden otorgar. Al salir del lugar, estaremos renaciendo, puede que con la información que íbamos a buscar o puede que no, pero lo que es seguro es que raramente saldremos indiferentes.

Megalitos, grandes piedras y ruinas ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Las grandes rocas han tenido relación con lo espiritual desde los albores del ser humano: fueron el lienzo para los inicios de la expresión mágico-artística y los grandes megalitos sirvieron de tumbas y de puntos de conexión con lo intangible.

Antes de las deducciones modernas sobre las construcciones megalíticas, muchos pueblos paganos como griegos, germanos y posteriormente cristianos creían que habían sido construidas por una raza de gigantes anterior a la existencia humana. De hecho, muchos de estos emplazamientos aún hacen referencia a esta creencia en sus nombres, como sucede con las *hünengräber* (tumbas de gigantes) alemanas. Sin embargo, el nexo de las grandes rocas con los gigantes no solo se estableció a través de los megalitos, sino también en relación a otras creencias folclóricas. Una de las más populares a lo largo de todo el territorio europeo es la de que algunos espíritus naturales como los gigantes o los *trolls* son convertidos en piedra por la luz del sol si no han logrado regresar a sus grutas subterráneas antes del amanecer. Este tipo de leyendas y similares en que un gigante queda petrificado formando una gran masa rocosa pueden apreciarse en las historias de muchas montañas, como el Pico Aneto en el Pirineo.

Simbólicamente, las grandes rocas representan la permanencia y la inmutabilidad a lo largo de los milenios. Su esencia es tan densa como su forma y

guardan en sí mismas la energía de sucesos muy distantes en el tiempo. Por ese motivo, y por su clara condición ctónica, son un gran punto de conexión con el pasado y con los ancestros más remotos, especialmente en el caso de hallarnos frente a tumbas megalíticas. Estas últimas pueden considerarse un interesante punto de acceso al Otro Lado en meditaciones y prácticas de brujería y ser usadas, igual que las cuevas, en ritos de muerte y renacimiento simbólicos.

Las ruinas de edificios antiguos, en particular de construcciones de piedra, guardan una esencia retentiva similar y también pueden ser puntos interesantes de contacto con energías del pasado y muertos. Sin embargo, en mi experiencia, no contienen normalmente una conexión directa con el mundo de los muertos ni son un espacio de tránsito de ánimas del modo que lo pueden ser un cementerio o una encrucijada; son más bien contenedores que atrapan y conservan en sí algunos espíritus o energías. Los muertos que habitan en las ruinas suelen ser a menudo solo carcasas de lo que fueron, residuos energéticos o entidades poco conscientes. Es más bien en situaciones puntuales que hallaremos en las ruinas muertos realmente conscientes con los que podamos interactuar. Sin embargo, los espíritus naturales también suelen estar presentes en muchas ruinas embebidas por la naturaleza, reconquistando el territorio humanizado.

Las ruinas pueden ser lugares útiles cuando necesitamos dejar algo atrapado o contenido temporalmente lejos de nuestra vida, dejando nuestro pensamiento sobre eso o un elemento que lo represente en ellas.

Por otro lado, las ruinas, junto con otras grandes piedras y megalitos, también son muy interesantes en meditaciones que busquen conectar con la memoria contenida en ellas y obtener información del pasado. Podemos pedir que se nos muestre aquello que vieron o que nos revelen aspectos que nos resulten útiles de la sabiduría de sus antiguos habitantes, por ejemplo para aclararnos aspectos del folclore, creencias y prácticas antiguas.

Con esto, cerramos este apartado acerca de los lugares de poder. Es evidente que hay muchísimos más que los que hemos descrito, y que este es tan solo un acercamiento a los más comunes y al tipo de energía que podemos hallar en ellos. Estos emplazamientos son excelentes para situar los primeros puntos de trabajo en nuestro territorio, pero no debemos olvidar explorar el resto, porque a menudo hallaremos espacios realmente mágicos en lugares que aparentemente no tienen nada de especial.

Dentro de la ciudad, también hay espacios de lo más interesantes: puede que no haya cuevas, pero quizá sí haya hornos comunitarios, refugios subterráneos o

catacumbas. Puede que no haya bosques pero sí árboles longevos plantados en la plaza. Las hornacinas, las fuentes, las callejuelas utilizadas históricamente para ciertas actividades concretas, las estatuas de divinidades, los edificios antiguos, las murallas, los puentes, los pozos, los parques, los cementerios, las iglesias... todos ellos son espacios que dentro de la población también pueden resultar verdaderos lugares de poder.

Espíritus vegetales

Las plantas son uno de los aliados más frecuentes en gran número de prácticas espirituales y, de hecho, también en nuestra vida diaria. Constantemente interactuamos con vegetales de innumerables formas: regamos nuestras plantas, comemos cereales y verduras, tomamos café, nos vestimos con algodón... Los beneficios que nos proporcionan las convierten en potentísimos aliados, pero la alianza no suele ser recíproca: raramente les damos la importancia que merecen o las consideramos algo más que un decorado de fondo o un recurso del que disponer.

En el trabajo con el territorio, es importante recuperar el respeto y las ganas de comprender a las plantas, porque serán también uno de nuestros aliados más comunes. En primer lugar, porque los vegetales resultan accesibles en la mayoría de entornos. En segundo lugar, porque su poder, versatilidad y sabiduría son tan amplios que podríamos estar varias vidas solo aprendiendo de ellos. Finalmente, porque a diferencia de otros espíritus incorpóreos, al poseer las plantas un cuerpo tangible fácil de observar y manipular (que recordemos, nos da indicios de su carácter espiritual), nos facilitan comenzar a conectar con la dimensión intangible de la realidad cuando estamos empezando, y así nos ayudan a ir desarrollando nuestra percepción psíquica hasta que ya no nos haga falta examinar un cuerpo físico para percibir (¡aunque siempre nos aportará información hacerlo!).

Por contra, las alianzas con espíritus vegetales tienen un inconveniente, y es que la comunicación con ellos dista mucho de parecerse a la comunicación humana o incluso a la que podríamos tener con un animal. Esto no significa que no interactúen a nivel espiritual con nosotros, sino que en muchos casos simplemente no lo harán de la forma que esperamos: puede que no nos hablen con palabras al meditar o que no reaccionen de modo espectacular a nuestra presencia y, sin embargo, la alianza vaya bien. Su expresión hacia nosotros puede

variar de mil formas a depender de la especie, el ejemplar concreto, la situación, nuestra sensibilidad y nuestra relación con la planta, no existen parámetros para predecirla. Puede que por contra su espíritu sí se nos aparezca en meditación bajo forma antropomorfa o nos muestre imágenes y palabras, pero es menos frecuente y manteniendo esa expectativa estaremos invalidando otras formas de comunicación más sutiles bajo nuestra percepción. Solo deberemos estar atentos y no llevar ideas preconcebidas.

El inicio del contacto con un aliado vegetal del territorio suele ser mediante su encuentro fortuito, en especial si de pronto nos destaca sobre el resto del entorno y nos llama mucho la atención. A menudo habrá otras señales, como encontrar constantemente ejemplares de la especie en lugares inesperados, soñar con ella o que aparezca ante nosotros después de estudiarla en documentación teórica sin haberla visto en persona antes. Con plantas a las que tenía muchas ganas de ver pero que jamás había encontrado me ha sucedido incluso que al ir andando por la calle, he recibido de pronto una fuerte intuición con la certeza de que esa planta estaba presente y al girar la esquina me la he encontrado de cara. A nivel personal, acostumbro a interpretar estas señales como un posible acercamiento amistoso por parte de ese espíritu y siempre lo tengo en consideración.

En el caso de que el potencial aliado vegetal esté vivo al encontrarlo es interesante empezar a conocerlo acudiendo cada poco tiempo a verlo para apreciar todo su ciclo y cómo se desenvuelve en circunstancias variadas. De estas visitas y los recursos propuestos en el apartado «El camino a la alianza», podremos ir entendiendo su energía, sus características físicas, sus gustos, sus particularidades y sus necesidades.

Otra forma de estrechar lazos con un aliado vegetal es tratar de cultivarlo. Si la planta germina, crece o prospera bajo nuestro cuidado suele ser indicativo de que está a gusto en el lugar y con nuestras atenciones, por lo que es frecuente que eso desemboque en una alianza muy significativa. A diferencia de cómo sucede en la naturaleza, en que las plantas raramente nos necesitan, tenemos mucho que ofrecer a una planta cultivada: en muchos casos es dependiente de nosotros, con lo que debemos asumir esta responsabilidad con consciencia. De la relación con una planta que hemos cuidado podrán surgir conocimientos muy profundos, pues pasaremos mucho tiempo a su lado, la observaremos a diario y aprenderemos de primera mano sus necesidades y particularidades.

La recolección ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

En nuestra alianza con elementos vegetales, es posible que llegue un momento en el que queramos recolectar al aliado para seguir trabajando con él en casa o solicitar su ayuda en algo.

Al tomar parte de una planta (o una planta completa, evidentemente), cortamos la vida que hay en ese fragmento y trabajamos con un elemento muerto. Que muera no quiere decir necesariamente que desaparezcan sus propiedades químicas o espirituales, sino que ya no posee la capacidad de regenerar su energía y mantener los procesos que tiene en vida. El soporte físico que resulta el cuerpo, aunque carezca de vida, proporciona a los espíritus un anclaje al mundo tangible que les da la capacidad de materializar su poder en él, con lo que podremos seguir interactuando con ellos y recibiendo su ayuda. Sin embargo, del mismo modo que los restos físicos de la planta van perdiendo su color y sus propiedades, el nexo con el espíritu, que se mantenía a través de la vida, también se va debilitando y disolviendo con el tiempo. A menos que realicemos alguna práctica periódica que le proporcione energía extra para mantener el nexo y su fuerza, como se realiza con las raíces de mandrágora a las que se las baña en leche o vino, tras un tiempo variable podemos sentir que los restos ya no están espiritualmente vibrantes, sobre todo si se han degradado o han envejecido mucho físicamente. En ese caso es bueno dejarlos seguir su proceso natural y devolverlos al entorno de forma respetuosa, recolectando de nuevo si es necesario.

Tradicionalmente, tanto en las prácticas de medicina y magia cultas y populares, se ha tenido muy en cuenta la parte a recolectar de la planta. Del

mismo modo que el principio activo podía ser distinto en las raíces que en las hojas, se creía que la energía del aliado vegetal también variaba en función de la zona y que, aunque toda la planta estuviera imbuida de su ánima, unas partes tendrían más capacidad que otras para que el aliado actuara en ciertos asuntos. Para discernir qué partes favorecen a unos aspectos u a otros, el saber popular se ha basado en gran medida en las signaturas y la simbología: por ejemplo, para un uso afrodisíaco de las orquídeas *orchis*, se debería recolectar la raíz por su forma de testículos. Por otro lado, también se ha valorado mucho la función física de cada parte de la planta, entendiendo que dichas funciones se reflejarían también a nivel energético y tendrían la capacidad de actuar como agentes para la magia simpática, pudiendo afectar en otros aspectos simbólicamente similares de la vida de las personas.

Las raíces se asocian especialmente a asuntos de recursos básicos (alimento, hogar, trabajo...), y a proporcionar solidez y estabilidad, puesto que son lo que sostiene la planta y la nutre. La raíz es la parte que aporta mayor energía al vegetal y donde se contiene y reserva su fuerza vital durante el invierno. En la magia folclórica, esto ha hecho que la raíz se considere también el lugar en el que el espíritu del vegetal habita o tiene su mayor fuerza y presencia, por lo cual ha sido una parte muy utilizada para amuletos y fetiches. Por su ubicación bajo tierra se relaciona además estrechamente con el ámbito de lo ctónico y la muerte, siendo muy utilizada para el contacto con los muertos y para tratar asuntos internos muy arraigados, antiguos u ocultos en el inconsciente.

Los tallos y hojas son a menudo la parte más utilizada de los aliados vegetales, puesto que tienen una gran versatilidad. Su energía, como parte visible de la planta, es esencialmente aérea, activa y expansiva. Se relaciona sobre todo con la vitalidad, el crecimiento, la fuerza, la comunicación, la expresión y la manifestación de cualquier aspecto sobre el que la planta tenga poder, con lo que su uso puede variar mucho según el aliado.

La resina y la savia son los fluidos internos del vegetal y se asocian a su esencia vital, igual que la sangre en los animales. La savia y el jugo se relacionan con la vitalidad, el vigor y la renovación, y se usan para asuntos que se quieran refrescar o revitalizar. Las resinas se utilizan mucho como incienso de ofrenda a los espíritus por tener una cualidad de fuerza espiritual, además de como preservantes por su capacidad antiséptica. Se consideran purificadoras y protectoras, puesto que al emerger del árbol le protegen de agentes externos infecciosos o dañinos. Todo esto las ha hecho uno de los elementos más importantes en los ritos funerarios y el culto a los muertos.

La corteza, como capa externa de los árboles, se asocia a la protección y el establecimiento de límites. Su energía es más bien conservadora y densa a fin de contener y proteger la fuerza vital del árbol.

Las espinas y púas poseen una energía defensiva y ofensiva, y suelen permanecer como elementos de protección activa. Se usan tanto como aliados protectores como elementos de ataque: evitan que se acceda a lo que se desea preservar, fijan intenciones (al «clavarlas»), penetran barreras y producen daño.

Las flores sirven especialmente a asuntos de atractivo, apariencia, amor y sexualidad, puesto que son la parte que cumple la función atrayente y reproductiva de la planta. Se usan mucho en magia amorosa y de fascinación. Las flores nocturnas, al ser la parte más fina y etérea de la planta, pueden ser muy útiles al trabajo de sueños.

El fruto es el resultado de la reproducción de la planta. Alberga y protege la semilla y en muchos casos también nutre la tierra a su alrededor para que prospere. Suele utilizarse para asuntos de fertilidad, crecimiento, nutrición, materialización y maduración tanto de procesos personales como de proyectos. Además, el fruto contiene también un fuerte simbolismo asociado a la muerte, puesto que la fructificación supone en muchos casos la muerte de la planta o la llegada de su estado de latencia. La putrefacción del fruto alimenta a la muerte y prepara el medio adecuado para que el principio de la vida pueda volver a abrirse paso. Por esto, los frutos suelen usarse como ofrenda a los muertos, pero también a todo tipo de entidad a la que se le desee o agradezca la abundancia o la prosperidad.

La semilla, para terminar, es el final y el comienzo del ciclo. Es la futura vida de la planta, y contiene concentrada en sí misma la energía del origen, del estado previo a la creación. Se utiliza como ofrenda a los muertos pero también para propiciar nuevos comienzos, crear desde cero y trabajar con deseos e ilusiones que se hallan aún en ese estado previo al inicio.

Estas propuestas tradicionales nunca han sido una norma estricta a nivel de magia popular, y desde luego no tienen que resultar algo limitante ni necesario de acatar a rajatabla. La planta, su carácter y la relación que tengamos con ella son los aspectos primordiales a considerar a la hora de elegir qué parte recolectamos, mientras que las asociaciones simbólicas pueden resultar simplemente una sugerencia o información complementaria a valorar cuando resuene con la situación.

Si bien el folclore puede proporcionarnos un sinfín de fórmulas, el modo de

recolecta de una hierba responde en gran medida a las preferencias y creencias personales del practicante. A continuación expongo algunas opciones coherentes con mi práctica y con el paradigma que hemos utilizado en este libro, pero es importante decir que no son una vía única.

La herramienta de recolección es un primer punto a tener en cuenta. Cuchillos, hoces o tijeras utilizados únicamente para esto, bien limpios y desinfectados son la opción menos dañina para la planta. El material también es un aspecto a valorar, pues según nuestro paradigma o creencia puede conllevar preferencias o tabúes: en la magia culta medieval de autores como Paracelso se suele creer que hay que evitar cortar plantas regidas por un planeta con metales asociados a un planeta enemigo, pues esto anularía sus propiedades (por ejemplo, las plantas saturninas no deberían cortarse nunca con hierro, asociado a Marte). Por contra, cortarlas con el metal de un planeta amigo (en este caso, con cobre, ligado a Venus) mantendría o potenciaría sus propiedades. Otro tabú frecuente, esta vez atestiguado ampliamente en el folclore, es que a los seres feéricos y a los daimones de las plantas no les gusta el hierro. Puede valorarse prescindir de este metal y utilizar otro como el bronce, o incluso evitar los metales en general, dado a que las hojas de metal desenvainadas simbolizan un acercamiento amenazante. Podemos sustituirlos por cuchillos no metálicos, como hojas de sílex.

Otra posible herramienta son las manos. Esta es mi opción de preferencia siempre que no se trate de una planta especialmente fibrosa que quedaría dañada sin necesidad si se tuviera que cortar sin un filo. La recolección a mano desnuda es interesante porque establece un contacto directo con el aliado, una interacción de espíritu a espíritu y de piel a piel. Prescindir de intermediarios y de herramientas que sitúen en una posición de superioridad artificial en la que se pueda herir al aliado, pero él no pueda herirnos con sus espinas, es una forma de mostrarle respeto e igualdad y, en lo personal, siento que supone una situación de intimidad que contribuye a la alianza. En todo caso, las herramientas de recolección, sean las que sean, pueden limpiarse y consagrarse antes de comenzar con la ayuda de algún preparado realizado para ello, como por ejemplo un aceite macerado con aliados que medien con la planta que se va a cortar o tenga propiedades antisépticas.

Si se desea entregar ofrendas, algunas positivas para las plantas son las descritas en el apartado de «La ofrenda». Una pequeña proporción de abono o fertilizante orgánico y ecológico diluido en agua, sobre todo si lo preparamos nosotros mismos, puede ser otra buena opción siempre que se entregue con moderación. El vino y demás bebidas alcohólicas pueden matar a las plantas, con

lo que aunque son populares no son ofrendas adecuadas en este caso.

Las oraciones, poemas, canciones y danzas, a menudo acompañadas de otras formas de ritualística como mirar al este o trazar un círculo en la tierra alrededor de la planta también son formas de ofrenda habituales atestiguadas desde la antigüedad. Por ejemplo, Bucardo de Worms, en su *Corrector (*inicios del siglo XI), reflejaba que la norma era recolectar las plantas cantando *Creo en Dios* o recitando el padrenuestro, y condenaba la práctica de hacerlo con «encantamientos malvados», dejando patente que se consideraba necesario recitar algo al recolectarlas y que, frecuentemente, el pueblo usaba encantamientos laicos o paganos. Tres siglos después, en el *Practica inquisitionis heretice pravitatis* de 1321, el inquisidor Francés Bernard Gui también relataba como algunas mujeres recitaban palabras poéticas y se arrodillaban mirando al este y pronunciando el padrenuestro mientras recolectaban frutas y hierbas. Algunos otros ejemplos los podemos hallar en relación con plantas concretas, como en el caso de la famosa mandrágora, de la que el filósofo Teofrasto, en el siglo III a. C. dejaba testimonio que se debía trazar tres círculos a su alrededor con una espada, realizar el primer corte mirando al oeste y al segundo corte danzar a su alrededor y hablarle de los misterios del amor.

Lo que considero imprescindible como ritualística en todo caso es que dediquemos unos momentos meditativos a estar centrados antes de comenzar a cortar. Recomiendo recolectar teniendo en mente aquello que se va a hacer de la planta y comunicárselo, explicando verbal o mentalmente qué problema se tiene o para qué se la solicita. Es preferible también realizar algún pequeño rito de purificación antes de empezar, como lavarnos las manos con agua, agua floral o algún otro preparado. Los actos de humildad y respeto como descalzarnos y arrodillarnos frente a ella para ponernos a su altura también son bienvenidos. Cuando recolectemos, evitaremos dejar las partes tomadas directamente en el suelo mientras seguimos cortando, sino que las pondremos sobre un paño limpio ya preparado para recibirlas.

Un aspecto más a considerar en la recolección es el momento, puesto que la práctica popular atestigua la mayor virtud de las plantas en ciertos días al año. Estos días pueden variar según la región, pero son sumamente populares las vísperas del 30 de abril, 1 de mayo y 23 de junio, San Juan. El momento del día también puede ser importante teniendo en cuenta las asociaciones o el carácter de la planta: por ejemplo, las flores que se abren de noche o de asociación con lo lunar pueden ser recolectadas preferiblemente de noche, mientras que las de carácter solar y propiedades luminosas pueden tomarse a mediodía a fin de que

tengan su mayor energía. Según la finalidad que queramos darle, también podemos considerar un momento u otro: para maldiciones las horas nocturnas, para nuevos inicios el amanecer, para adivinación el crepúsculo, momento liminal...

En mi libro *En mi bosque interior* ya se trató el tema de la recolecta respetuosa, con lo que en esta ocasión tan solo diré que es importante hacerlo con sentido común: no recolectar plantas escasas ni protegidas, no recolectar en exceso ni tomar mucho de una sola planta, dejar los mejores ejemplares intactos para que se reproduzcan... Teniendo en mente que queremos respetar y permitir que el ecosistema se mantenga sano debemos saber cuándo podemos tomar y cuándo no por mucho que lo queramos. A menudo, de todas las plantas de una misma especie en una zona existirá una de ellas más grande, hermosa o esbelta, que será la planta madre. Es la planta de la que descienden la mayoría de las demás y se suele considerar que se encuentra en una posición representativa o regente sobre sus compañeras en la zona, como si fuera la anciana sabia que vela por sus hijos y nietos. Por ese motivo, no se recomienda recolectar de ella y si se desea trabajar con la especie en esa zona es a ella a la que se le pueden entregar las ofrendas y pedir permiso en primer lugar.

Otro punto a destacar cuando hablamos de recolecta ritual es no tomar más de un par o tres plantas cada vez, a fin de poder tratarlas con el merecido respeto y conectar con ellas con mayor atención. Si recolectamos muchas de golpe, es probable que no tengamos el tiempo y la energía para escuchar e interactuar en profundidad con el espíritu de cada una.

Una vez recolectadas, transportaremos siempre las plantas de forma que se degraden lo menos posible, evitando bolsas de plástico y utilizando en su lugar una cesta, una bolsa de tela o un paño de algodón en el que envolverlas cuidadosamente. En casa, si no las vamos a usar frescas, las pondremos a secar para que no se degraden y conserven sus propiedades físicas y energéticas durante más tiempo. Lo haremos extendiéndolas sin amontonar en una superficie limpia ubicada en una habitación ventilada y sin humedad, siempre evitando que les dé la luz del sol directa. En cuanto estén secas, las ubicaremos en su lugar definitivo para evitar que cojan polvo, por ejemplo en un bote de cristal en un armario oscuro o en un tarro opaco en el altar. Personalmente, cuando trabajo con una planta aliada, pero no es factible por espacio o por evitar la degradación al tener la cosecha entera en el altar, coloco una muestra representativa en él para que sea honrada y guardo el resto en el armario de hierbas.

Cuando vayamos a procesar materia vegetal de nuestros aliados, lo haremos siempre en un lugar limpio y ordenado (podemos hacerlo en un altar de trabajo) con plena consciencia y educación, evitando estar distraídos o hacer un uso descuidado. Es recomendable que estos productos se elaboren de manera ritual y al terminar, se consagren y se selle la intención o el pacto con el aliado. Por ejemplo: «dulce melisa, yo te bendigo y consagro en este aceite para que con tu ayuda pueda relajarme y sentirme mejor en momentos difíciles». A la hora de utilizar el preparado, se puede recitar una pequeña oración o llamada al espíritu de la planta y explicarle para qué se la solicita. Como mínimo, dedicaremos unos momentos a tener consciencia de que no lo usamos como un acto mecánico, sino que estamos invocando el poder y las virtudes de un aliado que nos va a ayudar.

Algunos preparados con aliados vegetales ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Existen infinitas posibilidades de formato para el trabajo con aliados vegetales, además de que siempre es enriquecedor ser inventivo creando formatos propios. Aun así, aquí te dejo aquellos preparados y formatos con los que más trabajo:

Saquito:

Nos servirá para portar uno o varios aliados de forma sencilla sin que se vayan desintegrando y perdiendo. Podemos coserlo a mano con una intención, rellenarlo y colocarlo bajo la almohada al dormir o llevarlo en un bolsillo, colgado del cuello o unido a la cara interna de nuestra ropa con un imperdible. Con hierbas aromáticas, puede ser útil para tenerlas a mano e interactuar con ellas respirando profundamente y oliéndolas cuando nos haga falta en nuestro día a día, sobre todo cuando son aliados que nos ayudan a la relajación y a bajar los niveles de ansiedad.

Tisana:

Una tisana es una maceración del aliado en agua. La forma más fácil de hacerlo es mediante infusión en agua caliente, tapando y dejando reposar diez minutos. La cantidad de planta puede ser tremendamente variable en función de la especie y la intención que tengamos, con lo que siempre deberemos asegurarnos de no estar utilizando dosis tóxicas. Tras la infusión, se considera

que igual que sucede con los principios activos, la energía y el espíritu de la planta se transmiten al agua y de ese modo se convierten a un formato más adaptado a ciertas aplicaciones. Podemos usar nuestras tisanas para integrar la ayuda del aliado impregnándonos la piel, lavándonos con ella o añadiéndola al baño, empapando objetos o superficies, vertiéndolas como ofrenda, tomándola internamente en el caso de que sea seguro... Las tisanas tienen una caducidad inmediata y deben usarse el día que se preparan. Los restos de la planta deberán ser devueltos al territorio o despedidos de forma respetuosa.

Tintura:

Una tintura es una maceración de la materia vegetal en alcohol. Tradicionalmente, se suelen realizar introduciendo la planta fresca o seca troceada en un tarro de cristal hermético y llenándolo de aguardiente o vodka de alta graduación (mínimo 40 grados). Se puede utilizar alcohol etílico en otros formatos, como el alcohol para licores de 96 grados. Lo habitual en la medicina popular es llenar unos tres cuartos del tarro con la planta y completar hasta arriba del todo con el alcohol, o al menos hasta que cubra un dedo por encima de la materia vegetal para evitar que las partes expuestas al aire se pudran. Se deja macerar de dos a tres semanas, agitando de vez en cuando, y pasado el periodo se filtra con una tela fina o un filtro de café y se envasa en un frasco hermético, preferiblemente ámbar. Como en el caso de las tisanas, la cantidad de planta puede variar mucho a depender de la especie y el uso que vayamos a darle y a fin de valorar proporciones podemos buscar recetas concretas en libros de fitoterapia y medicina natural. Mientras no trabajemos con plantas que resulten tóxicas a dosis medias o bajas, la proporción tradicional nos servirá; lo que buscamos en este caso no es una extracción exacta de principios activos para un uso químico medicinal, sino un trabajo con el espíritu de la planta. El espíritu estará presente en la preparación sea esta más o menos concentrada.

Las tinturas tienen una caducidad de uno a dos años si se guardan alejadas de la luz solar, con lo que son muy cómodas. Dado a que una tintura preparada en proporción tradicional es más concentrada que una infusión estándar, la utilizaremos disolviendo una pequeña cantidad de la misma en agua (normalmente, menos del 5 por ciento de la cantidad de agua) y usaremos la mezcla resultante para las mismas prácticas que las tisanas. Personalmente, siempre tengo tinturas de mis plantas aliadas más frecuentes preparadas y las uso en duchas de limpieza energética, en el agua de limpiar el altar, en un espray

para refrescar o preparar el ambiente de la habitación para diversas prácticas, vaporizadas sobre las sábanas para que me ayuden en asuntos de sueños, como combustible en ciertas prácticas en que enciendo fuego...

Debido a la imposibilidad de dar una proporción segura general, puesto que cada planta posee propiedades y toxicidad distinta y requiere de un estudio detallado, no puedo recomendar aquí el uso interno.

Perfume:

Los verdaderos perfumes no resultan simples de hacer, puesto que entre disolventes, sustancias aromáticas y fijadores pueden contener muchos ingredientes que deben ser combinados de maneras determinadas para un buen resultado. Para nuestro trabajo con aliados, sin embargo, nos bastará con preparar una mezcla que contenga el aroma de la planta aliada para conectar con ella a través del olfato y la aplicación tópica o en la ropa. Podemos preparar los perfumes partiendo de una tintura realizada en un alcohol de aroma neutro, como el vodka. Si queremos un aroma más intenso, podemos preparar la tintura de forma muy concentrada, pulverizando la planta para que quepa en más cantidad en la maceración, o realizar una doble maceración, es decir, macerar normalmente y tras filtrar volver a macerar la tintura resultante con más vegetal. Las resinas, que son solubles en alcohol, también son un añadido interesante a la tintura en pequeña cantidad para que el perfume tenga más contundencia. Para obtener un aroma bastante intenso y duradero suelen ser necesarios los aceites esenciales de la planta en notable cantidad, y a menudo no se encuentran tan concentrados en el aliado. Es por ello que se comercializan los aceites esenciales en pequeños frascos, de los cuales podemos añadir unas gotas para intensificar el aroma. Personalmente, prefiero utilizar solo al aliado con el que he podido trabajar yo misma y dejar los aceites esenciales comerciales para casos puntuales.

Podemos usar una sola tintura como perfume o mezclar varias para crear sinergias y distintos matices a la energía que buscamos. En ambos casos, antes de usarlo lo dejaremos reposar al menos un mes una vez filtrado para que los aromas se asienten. Es normal que al principio el perfume huela a alcohol cuando lo aplicamos, pero este se evapora enseguida dejando paso al aroma de la planta.

Los perfumes son especialmente efectivos en la magia de fascinación o *glamour*, cuando buscamos que el aliado interfiera en cómo nos percibimos a nosotros mismos y cómo nos perciben los demás. Pueden ser muy útiles para temas de seguridad personal, autoestima, sexualidad, atractivo personal,

protección o fortaleza.

Oleato:

Los aceites macerados u oleatos resultan realmente versátiles en la práctica con aliados vegetales. Para hacerlos, utilizaremos la misma técnica y proporción descrita en las tinturas pero utilizando un aceite en lugar de alcohol. Es importante que las plantas utilizadas estén completamente secas para evitar que aporten humedad al macerado y enrancien el aceite (solo en casos excepcionales se hacen oleatos con planta fresca). La maceración será algo más larga que en una tintura, durando de un mes a 40 días. Podemos acelerar el proceso en caso de que necesitemos el aceite de inmediato colocando el tarro con la tapa sin apretar al baño María de dos a cuatro horas, sin que el preparado supere los 45 grados y sin que el tarro toque el fondo de la olla, para lo que podemos alzarlo con un platito bocabajo en la base. Una vez macerado y filtrado, podremos usarlo para ungir herramientas, velas y otros aliados y para aplicarlo sobre la piel (siempre que no sea irritante o tóxico). Los restos de la planta no deben ser devueltos al entorno directamente porque el aceite resulta nocivo para la tierra, con lo que podemos quemarlos y devolver las cenizas.

Ungüento:

Como ya hemos hablado en anteriores apartados, el ungüento es un formato muy cómodo que no solo nos permite integrar a nuestro aliado en nuestro cuerpo, llegando así a actuar en nuestro interior, sino que también tiene una lectura muy simbólica. Cubrirse con él es proporcionarnos una nueva piel temporal que nos otorgue las habilidades que necesitamos. ¡No por nada se repite a lo largo de la historia como agente para el teriomorfismo!

El ungüento consiste en un oleato al que se le da consistencia gracias a la adicción de un espesante. El espesante más común es la cera de abeja, que se utiliza en razón de 1 parte de cera por cada 5 partes de aceite, pudiéndose reducir para una consistencia más fina y aumentando para un resultado más denso. Se prepara poniendo el aceite al baño María (la cera de abejas se funde a unos 60 grados, procuraremos no excederlos) y añadiendo la cera en escamas o en perlas, removiendo hasta que se funda y disuelva completamente en el aceite. Después, se vierte en el tarro definitivo y se deja enfriar para que tome consistencia. Si queremos evitar espesantes de origen animal, podemos sustituir

la cera de abeja por cera de candelilla, en proporción de media parte de cera por cada 5 partes de aceite.

Polvo:

Los polvos son otro formato utilizado en la práctica mágica con aliados desde la más remota antigüedad. Para hacerlos, solo se debe picar finamente el aliado seco con la ayuda de un mortero o un molinillo. Pueden combinarse con otras plantas u otros elementos como tierras y minerales. Los polvos se pueden utilizar como ofrenda espolvoreándolos en el territorio o en el altar, para designar zonas de actuación del aliado dispersándolos en el suelo (por ejemplo, en la entrada de casa, o en la zona en la que haremos un rito) para dibujar símbolos, sigilos o trazar círculos mágicos y áreas de trabajo con ellos, para vestir velas...

Fumigación:

En el caso de que el aliado sea apto para ser quemado, podemos utilizarlo desmenuzado como incienso sobre un carboncillo y percibir qué sensaciones nos produce o qué cambios proporciona al entorno. La quema en espacio abierto puede dar sensaciones distintas a las producidas en un espacio cerrado a causa de la concentración (que evidentemente será mayor en el segundo caso) y de que un espíritu puede expresarse de formas distintas dependiendo de la situación en la que se interactúe y nuestro estado mental. Está claro que deberemos extremar precauciones y no sobreexponernos al humo o quemar elementos que liberen compuestos tóxicos. En el folclore, la quema se asocia sobre todo a la liberación del espíritu de su cuerpo físico y su ascensión al plano espiritual. Por ello, se suele considerar que la incineración desata su poder y que durante su transición al plano intangible, es decir, mientras el humo asciende y se dispersa, puede manifestarse con mayor intensidad a nivel espiritual. Esta es la misma lógica que fundamenta la incineración funeraria y el uso de inciensos como ofrenda o como forma de elevar las peticiones a los espíritus y dioses.

Podemos preparar el incienso mezclando varios aliados vegetales, añadiendo resinas para dar mayor consistencia, aroma y duración e incluso macerando la mezcla en vino o tinturas de otros aliados hasta su secado, tras lo cual el incienso estará listo.

Fetiche, ídolo o familiar:

Finalmente, podemos tomar a los aliados vegetales como fetiches o ídolos, especialmente a las raíces gruesas como la del diente de león, la brionia o la mandrágora. Un fetiche es una figura que representa a un ser sobrenatural, en este caso al espíritu de la planta o al *genius loci* del territorio en que se haya tomado. A través de ella podremos trabajar con dicho espíritu devocionándolo o dándole un espacio para que tenga presencia o habite en nuestra casa como familiar. Para ello, tras dejar secar bien la raíz, podemos proporcionarle todo tipo de atenciones: hay quien la viste si tiene forma ligeramente antropomorfa, le entrega regalos, la baña... sin embargo, como mínimo, se le proporcionará una cajita que funcione a modo de cama u hogar y se colocará en el altar o algún lugar determinado de la casa adecuado a su función. Estos aliados pueden ser muy útiles para temas de prosperidad y protección en el hogar, pero pueden servir realmente a cualquier fin que hayamos pactado con ellos. Por ejemplo, la mandrágora tiene fama de cuidar y traer abundancia a la casa que la alberga.

Normalmente, al ser materia vegetal muerta, este fetiche requerirá de un trabajo de ofrenda periódico para mantener su poder a lo largo del tiempo. A este fin pueden usarse muchos recursos que le proporcionen la energía necesaria cada cierto tiempo (por ejemplo, una vez al mes), como exponerlo a la luz de la luna llena o bañarlo, rociarlo o darle unas gotas de líquidos asociados a la vitalidad: el agua, la leche, el vino y demás bebidas alcohólicas, la sangre... (esto último únicamente si tenemos experiencia y una relación profunda de absoluta confianza en el aliado). En el apartado de «Espíritus animales» entraremos en más detalle a hablar de los espíritus familiares.

Espíritus animales

Dentro del territorio, otros espíritus presentes suelen ser los animales. Podremos tratar con ellos vivos o con su espíritu en el caso de hallarlos muertos, así como con algunos de sus restos como cuernas, plumas conchas o mudas de piel. El aprendizaje que obtengamos de ellos puede hablarnos mucho de la naturaleza y el territorio en el que estamos, pero también del área más primaria, visceral y salvaje de nosotros mismos.

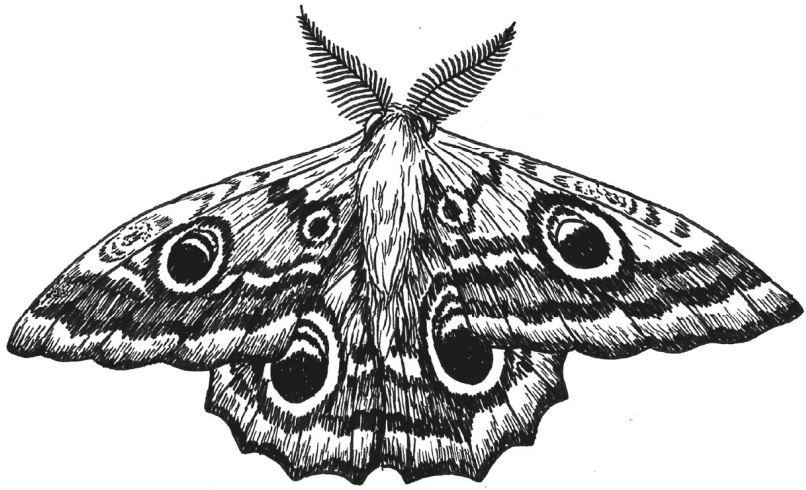
Con los animales vivos del territorio, el grado de intimidad que tengamos vendrá determinado por la especie, el carácter del animal y lo positivo o negativo que sea para él el trato humano. Nuestras mascotas e incluso nuestros seres queridos no dejan de ser en sí mismos nuestros aliados animales, expresados en el mayor grado de compromiso e intimidad. Sin embargo, para los animales salvajes, la pérdida del miedo a las personas y la domesticación suele poner muy en riesgo su vida, y muchos de ellos se ocultan y rehúyen el contacto humano por instinto de supervivencia. Es importante que respetemos sus límites y no les importunemos. Es poco probable que un animal salvaje vivo esté dispuesto a una alianza, pero de todos modos, desde la distancia también podemos aprender cosas de él.

Nuestro trabajo de campo con los animales será primariamente mediante la observación, las prácticas a distancia y la espera de que sean ellos los que realicen el acercamiento que consideren en caso de que quieran interactuar. Por ejemplo, puede que un gato venga a nosotros y se deje tocar o una mariposa se pose sobre nuestra piel, pero un acercamiento significativo con una liebre o un corzo sea más sutil, como que simplemente el animal se deje ver mientras estamos quietos y tranquilos, denotando que no siente que seamos una amenaza.

Una forma de propiciar alianzas beneficiosas con animales es participando en proyectos por su bienestar, como hacer voluntariado en protectoras locales o centros de recuperación de fauna salvaje, poner un hotel de insectos en el jardín o dejar un bebedero a los pájaros durante el verano. De este modo podremos interactuar con ellos de forma más cercana sin perjudicarles.

En el entorno natural salvaje, la mayoría de las veces no veremos a un mismo animal más de una vez. En estas apariciones breves, el folclore suele atribuirles la función de guías, intermediarios o mensajeros de los espíritus del territorio, de los dioses o incluso de los muertos. Al depender del sustrato cultural y la zona, hay animales especialmente asociados a unos espíritus u a otros: por ejemplo, los perros, caballos, mariposas, cuervos, buitres o lobos son a menudo considerados animales psicopompos, que guían a los muertos y ejercen de mensajeros del Inframundo. Los búhos, polillas y lechuzas se han relacionado también con los muertos, las brujas y otros espíritus nocturnos, mientras que las águilas con los dioses celestes y las serpientes con el ámbito ctónico y los espíritus de las aguas. Como veremos en un apartado próximo, se creía que los *genii locorum,* los númenes del territorio, podían tomar la forma o habitar temporalmente el cuerpo de cualquier animal de su área para comunicarse o guiar a la persona que entra en sus dominios.

Un animal puede ejercer de guía o de mensajero de un espíritu local si, por ejemplo, nos trae algún objeto o se dirige a algún lugar y nos da la sensación de que debemos seguirlo. Por otro lado, también puede ser portador de un mensaje de modo simbólico, a través de sus atributos o su asociación mitológica y folclórica. Por ejemplo, ver un caballo gris podría hablarnos de la presencia de un ser querido fallecido cerca (por su asociación al Inframundo) o de conceptos como velocidad y nobleza, que den respuesta a una inquietud nuestra. Lo que esté haciendo puede ser muy significativo también: no es lo mismo ver un animal pastando que siendo cazado por un depredador. En todo caso, debe ser nuestra intuición y reflexión la que nos haga percibir e interpretar lo que vemos en un significado lógico y aplicable a nuestra vida.



Otra forma en la que trabajaremos con los animales es mediante sus restos de muda. Las plumas, las pieles de reptiles, los dientes o las cuernas son algunos de los residuos que podemos encontrar y que pueden ser interesantes en la práctica. A modo general, los restos de muda se diferencian de los restos mortales en que no contienen el ánima del animal *per se*. Esa alma sigue habitando en su cuerpo vivo, con lo que lo que contiene la parte mudada es más bien una energía dejada por la huella del alma y un nexo con el animal bajo la ley de la magia contagiosa, del mismo modo que sucede con nuestro cabello o uñas cuando los cortamos. La energía de los restos de muda es muy útil en la magia simpática: las astas pueden servir para defenderse, las pieles de serpiente para transmutar...

También puede servir para interiorizar la energía del animal en nosotros en prácticas de teriomorfismo o en momentos que necesitemos adquirir ciertas habilidades asociadas a dicho animal. Podemos hacerlo portando el elemento animal encima, meditando con él, usándolo en un disfraz para prácticas extáticas... Finalmente, los restos de mudas pueden ser un nexo para conectar con el espíritu del animal allá donde esté mediante meditaciones y visualizaciones más avanzadas: proyectarnos hacia él para verle, sentir sus emociones...

En la práctica en el territorio, además de hallar animales vivos y mudas también habrá ocasiones en que nos encontremos restos de animales fallecidos. Por mucho que el tabú social nos separe de la muerte y sus procesos, es necesario normalizarla en nuestra práctica espiritual y mágica como algo tan presente y necesario como la vida, y a ese fin considero que no debe ser un impedimento

para explorar el trabajo con los espíritus del entorno.

Para abordar el trabajo con restos mortales cabe mencionar que, igual que ya comentamos con las plantas, en la magia popular generalmente se considera que el espíritu sigue unido a los restos hasta su descomposición. En el caso de aliados animales, esto tiene especial consideración a través de la creencia en el alma ósea. En el chamanismo y en el sustrato animista de muchos lugares alrededor del mundo, incluida la península Ibérica, el alma de los animales y los seres humanos (o al menos parte de ella) se creía ligada a sus huesos. Estos actuaban como vasija, conteniéndola, y no era hasta su total desintegración que el espíritu quedaba totalmente liberado de su nexo físico. Esta lógica subyace en varios mitos europeos como el de Thor y sus cabras o en creencias folclóricas como la de Madame Oriente, en las que se resucitaba a los animales cocinados a partir de sus huesos, pues estos contenían su esencia. De hecho, podemos entenderlo como que los huesos son las piedras del cuerpo, y como tal tienen mucha relación a nivel físico y simbólico con las rocas y las ruinas. Al igual que ellas, su esencia es lenta, pesada y conservadora, y guardan y contienen en sí mismos la energía (o el espíritu, en este caso) durante mucho tiempo. Se trata de los elementos más longevos del sistema del que forman parte, aquello que permanece como el último vestigio de eventos pasados y reserva su esencia más desnuda y primaria.

En mi experiencia, la comunicación con el espíritu de un animal muerto a través de sus restos suele ser más sencilla que con el de una planta porque de forma natural tenemos más cosas en común con él, especialmente si es un mamífero o un animal doméstico. Cuando nos encontramos frente a sus restos y ponemos en práctica algunas de las técnicas descritas de acercamiento a los aliados, es común notar las emociones que alberga el espíritu hacia nosotros y las reacciones que hay a nuestra forma de actuar.

No todos los animales estarán igual de abiertos a nosotros, y eso es algo a tener en cuenta sobre todo cuando interactuamos con espíritus de animales salvajes. Igual que si estuvieran vivos, un perro doméstico será mucho más fácil de involucrar en una alianza que un lobo, y es posible que en el segundo caso tengamos que tratarlo mucho hasta que nos tenga cierta confianza. No necesitamos ni deberíamos llevarnos sus restos a casa y forzar la relación, sino irlos a ver con frecuencia para que se acostumbre a nosotros y entregarles algún regalo u ofrenda periódica que pudiera gustar al animal en vida. Puede que en algún momento sintamos que sí podemos tomarlos, pero no es un fin al que necesariamente debamos llegar; la alianza puede llevarse a cabo toda ella en el entorno natural del animal.

Podremos trabajar con ese espíritu de muchas formas, tal y como hemos visto en apartados como «La unión con el aliado»*:* meditando con sus restos, observándolos al detalle y usando el análisis fisiognóstico, llevando un fragmento encima dando un paseo por la zona y devolviéndolo después…

Si finalmente la situación apunta a llevarnos los restos o parte de ellos a casa, lo haremos siempre tras sentir un consentimiento claro del espíritu del animal, tratándolo con sumo respeto y teniendo en cuenta que puede requerir bastantes atenciones de las cuales nos deberemos hacer responsables. La toma de algunos restos animales del territorio (ya sean mortales o de muda) puede ser ilegal en algunas zonas, con lo que siempre deberemos tener en consideración la legislación vigente. Además, es importante asegurar las medidas de seguridad e higiene necesarias para evitar contraer infecciones o enfermedades a raíz de tratar con ellos. Deberemos lavarnos y desinfectarnos muy bien las manos tras tratar con los restos o usar guantes al manipularlos, evitando tocarnos la cara.

Personalmente, no recomiendo la toma de restos húmedos o en putrefacción a menos que se tenga un conocimiento profundo de su tratamiento. Algunos restos secos menos infecciosos y más sencillos de tratar son las plumas, conchas, pelo, huesos pelados del todo y partes poco carnosas que se hayan quedado secas y rígidas, como alas, patas de ave, colas, garras o anfibios y reptiles pequeños que se han deshidratado del todo al estar expuestos al sol. Sin embargo, aunque sea mucho menos probable, no puede asegurarse que dichos restos no contengan bacterias que podrían ser nocivas ni que los métodos de desinfección caseros puedan dejarlos completamente asépticos, con lo que queda a responsabilidad del practicante informarse y asumir o no el riesgo.

A nivel personal, no acostumbro a lavar los restos de animales deshidratados para no aportarles humedad que pueda promover la actividad de bacterias. En el caso de los huesos totalmente descarnados, sí es recomendable al menos lavarlos y dejarlos en remojo durante un día en agua con jabón desengrasante para que pierdan los compuestos grasos que puedan contener aún. También pueden hervirse durante unas horas con agua con vinagre o jabón desengrasante o sumergirse en agua oxigenada, que además de desinfectar blanquea los huesos (hay que supervisar el proceso y sacarlos y enjuagarlos con agua cuando tomen el tono que se busca). En todo caso, es muy importante que antes de guardarlos en un espacio cerrado se sequen del todo, preferiblemente al sol, durante al menos un día.

Todos estos procedimientos pueden combinarse con elementos ritualísticos

dispuestos para honrar y reforzar el vínculo con el espíritu del animal, como veremos a continuación.

El familiar ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

En la brujería y hechicería folclóricas, el familiar es aquel espíritu que la bruja cuida, alimenta y tiene siempre consigo para que la acompañe y la ayude en sus prácticas. Este suele ser una raíz, un animal o un ser sobrenatural, pero realmente cualquier espíritu individual susceptible de ser nuestro aliado puede devenir nuestro familiar. De entre todas las posibilidades, el espíritu de un animal fallecido, interpelado a través de sus restos mortales, es uno de los más comunes para tomar este papel.

Lo que determina que un animal devenga un familiar es que partamos de una alianza ya muy estrecha y trabajada con él. Básicamente, un familiar deviene, como bien indica su nombre, de la familiaridad con ese espíritu. Es necesario tener una enorme confianza, conocer su carácter y tener claro qué aporta cada uno a la relación. Se requiere tener también ya cierta agilidad psíquica a la hora de percibir e interpretar sus mensajes, porque si no podemos comunicarnos con él no tendrá sentido llevar a cabo todo el proceso de adopción. Si con todo esto tenemos su permiso y nuestra intención es adoptar a ese espíritu como aliado cercano o familiar, podremos tomar sus restos (preferiblemente huesos) y llevarlos a casa.

En lo personal, siempre voy a recomendar cierta ritualística a la hora de recoger los restos de un aliado que queramos tomar como familiar. Estos procedimientos tienen como objetivo honrar al espíritu y reforzar lo mejor posible su vínculo con sus restos mortales a fin de que pueda tener mayor presencia, energía y capacidad de interceder en el mundo físico a nuestro lado.

En primer lugar, es recomendable realizar un trabajo de ofrenda y petición tanto a los espíritus del lugar en que se encuentran los restos como al espíritu del

animal durante los días que se considere necesario y siguiendo las condiciones que nos impongan los mismos. En estos ritos de ofrenda se presentarán nuestras intenciones, se tendrá en cuenta si la propuesta es bien recibida y finalmente se pedirá el permiso para tomar los huesos, restos o raíz en el caso de familiares vegetales.

Aunque los huesos retienen la esencia más primaria del ánima del animal, el alma ósea, hay que entender que la desintegración de la mayor parte del cuerpo debilita considerablemente su conexión con el mundo físico. Por este motivo, cuando tomo huesos que necesito que mantengan fuerte ese nexo pongo en práctica un rito de carácter ctónico para que el espíritu renazca reforzado y energizado. El rito es el siguiente:

Cavo un agujero en la tierra y entierro los huesos junto a alguna ofrenda que pudiera ser del gusto del animal, devolviéndolos al gran útero. Sobre la tierra que cubre los restos vierto una libación que el folclore asocie a la vida y la capacidad de alimentar a los espíritus: vino tinto, agua, leche o sangre. En este último caso es preferible no entregar sangre propia en este punto, puesto que tiene conexión con nosotros y hay muchos otros espíritus desconocidos en el entorno natural a los que puede atraer. Si no tenemos impedimento para el consumo de carne, la sangre o un poco de hígado (que podemos triturar en agua) se puede comprar en la carnicería. Si el uso de sangre no entra en nuestras posibilidades el vino tinto es su sustituto simbólico en el ámbito ritual desde la antigüedad. Además de entregar la libación que usamos como elixir vital al animal, podemos ofrendar también al *genius loci* o los espíritus ctónicos del lugar para que nos ayuden en nuestro propósito y permitan al espíritu del animal renacer reforzado.

Los huesos quedarán enterrados el tiempo que consideremos necesario. Yo recomiendo al menos un día entero, pero pueden estar varios días o semanas. Si hemos hecho el rito rondando la luna nueva, podemos terminarlo en la luna llena. Durante el periodo de tiempo en que estén enterrados, es interesante acudir a menudo a entregar de nuevo la libación que estemos utilizando para gestarlos y cargarlos con energía vital.

Es posible que veamos indicios que nos indiquen que el proceso ha terminado, como que antes de lo previsto hallemos la tierra removida o los huesos desenterrados y tengamos sensación de que ya han «renacido». También es posible que simplemente un día acudamos y sepamos que están listos. Sea así o una vez termine el tiempo designado, procederemos a desenterrarlos, envolverlos con cuidado en un paño limpio, dar las gracias y llevarlos a casa, tomando

también en un tarro algo de tierra del lugar en que se encontraron. Podemos valorar si queremos llevarlos todos o solo una parte, siendo el segundo caso interesante para que el espíritu mantenga conexión tanto con nosotros como con el territorio. Bajo mi punto de vista, esto le otorga más libertad e independencia y establece un puente para trabajar con el territorio a través del familiar, que actúa como intermediario.

En casa, limpiaremos y desinfectaremos si así lo deseamos los huesos con el procedimiento de preferencia. Yo les preparo en un recipiente un baño con una infusión caliente de aliados vegetales que tengan capacidad de honrar y energizar al espíritu (rosa, jazmín y ajenjo normalmente), o un chorrito de alguna tintura con ese mismo fin. Podemos usar aliados para cualquier propósito que consideremos necesario en función de cómo sintamos a los huesos y al espíritu; el ajenjo puede estar bien para reforzar un espíritu un poco débil, pero si lo notamos agitado, quizá sea más adecuada una infusión de plantas relajantes. Sumergiéndolos en ese agua, limpio los huesos con jabón artesano y un cepillo de dientes. Al terminar, vierto un poco de vino en el agua (con la intención de alimentar al espíritu) y unas gotas de sangre propia (ahora sí, puesto que estamos en un entorno controlado) y lo dejo sumergido en la mezcla, con el recipiente en el altar, hasta el día siguiente, en que los enjuago y dejo secar.

Tradicionalmente, los familiares se alimentan con sangre del practicante, que les proporciona su energía para evitar su debilitamiento. Además, alimentarle de la sangre propia establece un vínculo de consanguinidad que precisamente convierte al familiar en familia, facilitando la comunicación y estrechando la alianza. Sin embargo, es necesario apuntar que aunque proporciona una enorme conexión, es evidente que no es un acto a realizar a la ligera. Si tendemos a sentirnos débiles, no tenemos confianza en el animal o va a ayudarnos en algunos propósitos con los que es mejor que no tenga un nexo tan directo con nosotros, puede ser conveniente no hacerlo. Si somos principiantes, no estamos familiarizados con el uso de sangre en la práctica mágica ni con la magia protectora, de cortar lazos energéticos y de destierro avanzadas, tampoco es recomendable. Podemos alimentarlo en su lugar con vino, leche, inciensos, agua, infusiones o tinturas específicamente realizadas para ello. Una buena alternativa para mantener la conexión pero sin que tome demasiada energía de nosotros si queremos usar nuestra sangre, es combinar unas gotas de la misma con las otras ofrendas mencionadas.

Algunas formas de alimentar y mantener enérgico al familiar son salpicar los huesos con las ofrendas líquidas, dejar caer una gota de sangre sobre ellos (por

higiene evitaremos siempre tocar los huesos con piel herida), pasar los huesos por el humo del incienso o pintarlos con tinturas. Una tintura muy útil para esto es la de mirra (muy poco concentrada, para que no los deje pegajosos), que además de reforzarlos energéticamente prevendrá la degradación y les dará un aroma agradable. También podemos encender una vela como ofrenda de luz y calor. En todo caso, siempre tendremos que asegurarnos de que los restos sequen completamente cuando los pintemos o salpiquemos antes de guardarlos en su lugar de nuevo.

La alimentación energética del familiar, tal y como vimos al hablar de fetiches vegetales, es necesaria de forma periódica para que mantenga su fuerza. Al principio es conveniente que lo alimentemos más a menudo, cada día o cada par de días durante la primera semana. Después, conforme el espíritu se haya habituado, podremos espaciarlo a una vez a la semana o al mes. Al final los tiempos y la frecuencia es algo que determinaremos según el espíritu requiera. Algo que sí es recomendable es que cada día renovemos a su lado un vaso de agua, el alimento espiritual más básico de este mundo. Si omitimos la alimentación con la periodicidad que el familiar requiere, el espíritu quedará adormilado o apagado, pudiéndose despertar en el momento que le alimentemos de nuevo. Sin embargo, contra más tiempo pase más costará que reúna de nuevo la energía necesaria para interactuar con nosotros.

Otro punto muy importante a tener en cuenta desde el momento en que el familiar llegue a casa es que tenga un lugar para él. Ese lugar puede depender del carácter del aliado: los hay que no quieren estar encerrados, mientras que a otros les encantará un rinconcito oscuro como una madriguera. Normalmente será una cajita de madera con una base de la tierra que habremos tomado al llevarnos los huesos, para que descansen en ella. La base de tierra convierte la caja en un espacio similar al que se encontrarían de forma natural: les proporciona una conexión con el territorio y con el mundo ctónico, y les da tanto descanso como energía cuando es necesario. En ese espacio, la casa del espíritu, podremos colocarle ofrendas y elementos que le gusten o que cumplan una función para él (que esté relajado, que le energice, que le conecten con el territorio...). Mientras la caja esté cerrada, podemos pactar que el espíritu esté tranquilo, durmiendo o a su aire, y que cuando la abramos acuda a estar a nuestro alrededor. A depender del aliado y nuestra relación con él, puede estar bien dejarle dormitando a menos que necesitemos algo importante o, por lo contrario, puede requerir abrir la caja un rato cada día para estar en su compañía. Lo mismo sucede con otras actividades que hagamos con él: algunos espíritus quieren estar a su aire y otros,

más sociables o protectores, pueden querer rondar a nuestro alrededor siempre y que les llevemos con nosotros tomando alguno de sus huesos al salir de casa o cuando vamos de excursión. Al espíritu de un perro, por ejemplo, puede encantarle que llevemos uno de sus huesos cuando vamos a pasear y lo remojemos en una fuente. Deberemos prestarle atención y cuidar sus necesidades.

Atender sus necesidades es también pasar tiempo con él mediante la práctica espiritual, puesto que al fin y al cabo, para eso tenemos al familiar con nosotros. Dedicar tiempo a meditar con sus restos a menudo, a realizar visualizaciones en las que interactuemos con él, a comunicarle lo que necesitamos, a invocarle en los momentos en que nos pueda ayudar... Los familiares, tradicionalmente, han cumplido muchas funciones. Algunas de las más frecuentes, aunque de escasa ética, eran robar bienes o abundancia a los vecinos, matar el ganado ajeno o espiar, pero también podían ayudar a que la vivienda fuera próspera, a proteger a su humano, a permitir a este ver a través de sus ojos o tomar su forma o a revelar conocimiento oculto (en la brujería folclórica esta era una función común del sapo familiar). Para lograr cualquiera de estos puntos es necesario habituarse a tener una comunicación fluida con él mediante la práctica en trance, intuitiva y de integración del aliado, como hemos visto en apartados anteriores.

Si lo consideramos necesario, puede ser interesante ponerle nombre al familiar. El nombre otorgado liga al espíritu a nosotros y pude incluso afectar a su energía, con lo que es recomendable buscar uno que remita a sus facultades y fortalezca aquellas que queremos destacar. Tras ponérselo, nos dirigiremos a él de esa forma cuando le llamemos o invoquemos. Es preferible que nadie más que nosotros conozca su nombre y sus características para evitar que otros puedan interpelarle, dañarle o acceder mágicamente a nosotros a través de él.

Finalmente, en el caso de querer prescindir de un familiar pasado un tiempo, lo mejor es devolverlo al territorio del que se tomó, dándole las gracias y pidiéndole que siga su camino. Aun así, consideremos nuestra responsabilidad siempre: habrá algunos familiares, como los espíritus de animales domésticos, a los que sería realmente triste abandonar de pronto de esa forma tras haber cultivado una relación. Además, podrían volver a nosotros y empezar a actuar de forma errática o por su cuenta a nuestro alrededor. Es preferible conservar los restos y reducir su alimentación energética poco a poco hasta que de forma natural se vayan apagando y el espíritu vuelva a distanciarse, desconectándose poco a poco de este mundo. Cuando sintamos que ya descansan, podremos enterrarlos en el lugar del que los tomamos o en un espacio que consideremos especial.

Espíritus minerales

Al hablar de aliados minerales, raramente hallaremos en nuestro entorno natural los cristales brillantes que resultan tan populares en muchas corrientes espirituales occidentales, pero la realidad es que no hacen falta. Tenemos tierra, arena y piedras que aunque no luzcan tan vistosas son elementos poderosísimos y nos conectan con nuestro entorno mejor que ningún cristal extraído en la otra punta del mundo.

Nos podemos acercar a la materia mineral de la misma forma que a otros aliados, mediante la observación de sus formas y características, la investigación de sus propiedades internas, la experiencia intuitiva, el simbolismo y la experimentación de varias formas de interacción: tocarlas, llevarlas encima, meditar con ellas...

Un aspecto muy interesante de este tipo de aliado es que, además de tener sus propias particularidades espirituales, guarda mucho la energía del lugar en el que se encuentra. Esto también es algo interesante a considerar con los aliados vegetales: no es lo mismo una amapola tomada de un cementerio que de un campo de trigo, y aunque ambas tendrán aspectos comunes inherentes a la esencia de la especie, cada una poseerá particularidades a raíz de la impronta del lugar en el que han crecido. Al final, todos estamos influenciados por nuestro entorno más inmediato. La materia mineral, como ya comentamos en apartados anteriores, es un maravilloso contenedor de energía, con lo que esta impronta permanece en ella de forma muy notable.

Los guijarros de un río pueden transmitirnos una energía de suavidad, transmutación y disolución, tomada del agua en constante movimiento que los va redondeando. Un fragmento de muralla de piedra nos puede servir en la protección y la defensa. Las posibilidades son infinitas, tan solo hace falta escuchar al entorno y comprender el idioma de lo simbólico. Dentro del folclore podemos incluso encontrar cierto tipo de piedras a las que se les adjudica claramente una atribución mágica, como las piedras horadadas de forma natural, consideradas amuletos para la suerte, la protección, la conexión con los espíritus y un sinfín de propósitos más.

Las tierras también son un elemento de lo más interesante, y su uso puede ser tan simple y a la vez tan poderoso como espolvorearlas en el suelo para reproducir el ambiente del que proceden en prácticas mágicas o de trance. La tierra de un cruce de caminos espolvoreada allí donde haremos un ritual nos

conectará con el mundo liminal, una tierra árida nos servirá para sembrar escasez y una fértil para hacer crecer y atraer la abundancia. Un buen ejercicio para desarrollar esta conexión con las tierras, ya que suelen estar muy invisibilizadas, es identificar y prestar atención a los distintos tipos de suelo que pisamos cuando circulamos por el entorno. Asfalto, tierra de camino, tierra de cementerio, tierra de patio de colegio, cemento, arena de la playa... ¿A qué energía asociamos simbólicamente cada una? ¿Qué nos transmite si tomamos un puñado?

Pigmentos y pinturas ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Con los elementos minerales, además de amuletos y polvos, podemos elaborar pigmentos, tintas y pinturas. Este formato es magnífico para conectar con el poder que albergan mediante el dibujo o pintura intuitiva, por ejemplo para explorar el carácter del mineral o del lugar del que proviene. Podemos también pintar nuestra piel como un acto mágico y simbólico que nos funda o conecte con el territorio para determinadas prácticas o disfrazarnos con fines mágicos de *glamour*, por ejemplo, pintándonos con tierra de cementerio para percibir a los espíritus y pasar desapercibidos entre ellos en fechas como el Día de Difuntos. Otra forma de usar las pinturas es escribir con ellas sigilos o intenciones para los cuales se requiera el poder de dicho mineral o tierra. Por ejemplo, puede hacerse un sigilo con tierra del entorno que nos contacte con el territorio cuando tengamos que trabajar con él a distancia, o podemos pintar símbolos protectores en una puerta usando como pigmento polvo desprendido de una muralla.

No es realmente necesario que el mineral o la tierra utilizada tenga un color particular destacable, puesto que la intención final es meramente poder aplicarlo para impregnar de su energía aquello pintado. Aun así, que su color sea llamativo o tenga relación simbólica con la energía que queremos aplicar a nuestro propósito siempre aportará una dimensión más. A nuestro alrededor aún se encuentran aquellos primeros pigmentos que nuestros antepasados usaron, como ocres, piedras calcáreas y tierras ferraginosas, que podremos recoger para experimentar con ellos. Las tierras de colores rojizos, que suelen contener arcillas y óxidos de hierro y llamarse popularmente ocre rojo, han sido utilizadas desde tiempos remotos para pintar no solo pinturas murales, sino también huesos. Poseen una dimensión simbólica muy interesante ya que se consideran la sangre de la tierra y al pintar huesos o personas con ella se les da la fuerza y energía vital procedente de la Gran Madre.

Para elaborar pigmento con una tierra o un mineral bastará con molerlo con la ayuda de un mortero de piedra, un proceso que podemos tomar de forma meditativa para conectar con el aliado con el que estamos trabajando y transmitirle nuestra intención. Contra más fino quede el pigmento, más cómoda será su aplicación. Es recomendable no tomar tierras con mucha materia orgánica para elaborar pigmentos o pinturas, porque la humedad que suelen contener hace que sean difíciles de moler al punto necesario y que abunden las bacterias. En el caso de querer usarlas se deben dejar secar muy bien y cernirlas para quitar los elementos más grandes.

Para hacer pintura, el pigmento molido debe ser mezclado con un aglutinante que lo cohesione y haga que no se desprenda al secar. Un aceite es una opción básica útil ya que se limpia fácilmente de la piel en el caso de hacer pinturas corporales, pero hay que tener en cuenta que para otros soportes, a menos que sea un aceite secante como el de linaza (el aglutinante de la pintura al óleo), no secará. Otras opciones como aglutinante son la yema de huevo, con la que tendremos un temple de huevo, o la goma arábiga en polvo, que resultará en una acuarela o *gouache.* En ambos casos se disuelve el aglutinante con agua a partes iguales y se añade poco a poco la mezcla al pigmento, pastando hasta obtener el espesor deseado.

Para evitar la proliferación de bacterias es preferible no almacenar las pinturas de base acuosa ya preparadas sino prepararlas en el momento de la aplicación, ya que los pigmentos vienen directamente del medio natural y no han sido desinfectados. Por ese motivo, tampoco se puede garantizar la seguridad de aplicar dichas pinturas sobre la piel, y plantearlo requerirá siempre de responsabilidad y de evaluar la situación.

Espíritus de la tierra: *genii locorum* y seres feéricos

Entrando en el ámbito de los espíritus intangibles, las divisiones se tornan algo más difusas y dependientes de las particularidades culturales de cada área geográfica. Incluso cuando partían de un sustrato similar, cada zona poseía sus propias creencias que además fueron evolucionando, divergiendo y entrelazándose a lo largo de los siglos, mutando también sobre todo a raíz de la expansión del cristianismo. Por este motivo resulta complicado realizar divisiones estrictas entre las distintas categorías de númenes intangibles que habitan el territorio, y en muchos casos dependerá del practicante llegar a sus propias

conclusiones en base a su folclore local y su propia experiencia.

En un primer gran grupo podríamos englobar a los espíritus de la tierra: son númenes de esencia no humana que se caracterizan por estar ligados a un entorno concreto y /o a los aspectos o elementos naturales del mismo.

Como espíritus de la tierra destacan principalmente los *genii locorum*, los genios o númenes locales. Aunque dicho término proviene del paganismo romano, la existencia y caracterización de estos espíritus, al menos de forma aproximada, era reconocida en toda el área indoeuropea e incluso en otros continentes. El *genius loci (*plural *genii locorum)* es un espíritu que habita, rige y tutela un lugar concreto. Este tipo de espíritu nacía con el espacio al que representaba y estaba indivisiblemente ligado al mismo, ejerciendo la función de protegerlo y conservar su existencia. Para los romanos, existían genios locales en prácticamente cualquier lugar, fuera un espacio natural o civilizado.

Los genios locales, junto con los muertos, han sido siempre el eslabón más cercano a la población en la práctica espiritual popular. Al habitar en el territorio y no en planos superiores como las divinidades de panteón, se les entendía bajo una relación de convivencia y se creían mucho más próximos para ser interpelados e influir positiva o negativamente sobre la vida de las personas. Eran comprendidos como los dueños legítimos de los campos, bosques y entornos en los que se construían las granjas o poblados, y como tal de ellos dependía primariamente la supervivencia: el crecimiento de los cultivos, el acceso al agua, la protección contra los incendios o los accidentes acontecidos en el entorno, la obtención de recursos...

Los *genii locorum,* igual que la mayoría de espíritus naturales, tienen una predisposición ambigua a la interacción con los humanos. En los entornos más agrestes, como bosques cerrados o lugares sagrados pueden ser profundamente hostiles y peligrosos para aquel que se adentra sin permiso, motivo por el que en la antigüedad pagana existían bosques y arboledas a las que solo se debía acceder unos pocos días al año para rendir culto a su numen. Otro motivo ampliamente atestiguado en el folclore sobre su carácter peligroso se contempla en las múltiples historias en las que un hombre caza o causa algún daño a la vegetación de un bosque sin permiso del espíritu local, causando su ira. En este caso, la información subyacente es clara: el *genius loci* rige y protege su territorio y a todos sus habitantes, siendo necesaria su aprobación en el caso de haber producido algún daño en él.

Bajo esta premisa, se abarcan un conjunto de prácticas que tuvieron una

enorme prevalencia en toda Europa incluso siglos después de la llegada del cristianismo, sobre todo a la hora de construir una edificación. La complacencia y el permiso del *genius loci* se consideraba indispensable a la hora de establecerse en un lugar, a riesgo de que la nueva edificación y sus habitantes sufrieran la desgracia en el caso de ofenderle. Por ese motivo resultaba necesario entregar como pago y gesto de buena voluntad una ofrenda o sacrificio, que a menudo se enterraba en los mismos cimientos de la construcción. De complacer así al espíritu local, este aceptaría la presencia de los recién llegados y devendría el genio tutelar de la vivienda o el poblado, abarcándoles bajo su protección. Las ofrendas seguirían entregándose desde entonces de forma periódica en momentos de necesidad o fechas determinadas, normalmente dejándolas en el borde de la propiedad o bajo un árbol de la finca a fin de mantenerle complacido y beneficiarse de su favor.

Todas estas historias y costumbres nos hacen considerar a los *genii locorum* como uno de los espíritus a los que más deberíamos tener en cuenta al comenzar a trabajar con un territorio. De tratarse de espíritus de entornos cercanos a poblaciones es poco probable que se muestren hostiles, pero ellos son los responsables del lugar y de todos los demás seres con los que busquemos interactuar. Contar con su simpatía, además de ser la forma más amable de dirigirnos al entorno, puede abrirnos muchas puertas y proporcionarnos todo lo que podamos necesitar.

Claude Lecouteux presenta algunos atributos más de los espíritus del territorio a nivel paneuropeo que pueden resultarnos útiles para caracterizar a este tipo de entidades. Uno de los rasgos más característicos de estos seres en las leyendas es la multiplicidad de sus formas: los númenes del territorio son primariamente fuerzas naturales, espíritus sin cuerpo o forma definida. Ante esto, el folclore refleja que pueden encarnarse en cualquier criatura o elemento del entorno que elijan para presentarse frente a las personas, ya sea mediante metamorfosis propia o mediante posesión, y mostrarse así físicamente bajo innumerables máscaras. La toma de forma mediante posesión es un dato relevante porque invita a pensar que el espíritu local resulta una entidad superior colectiva de la cual en cierto modo forman parte todos los demás seres que habitan en sus dominios. Por ese motivo puede ver, poseer o manifestarse a través de cualquiera de ellos: todos son espíritus independientes pero, a la vez, todos son él.

Como curiosidad, es común en las leyendas que cuando el espíritu toma forma de animal, su comportamiento (como incitar a ser seguidos, realizar actos inusuales, hablar...) o su color (blanco, gris) delate su verdadera naturaleza. Esto es algo interesante a considerar si percibimos algún mensaje de un espíritu animal, como hemos contemplado en su apartado correspondiente.

En este punto es en el que los límites del *genius loci* comienzan a disolverse con otro tipo de espíritus de la tierra, los seres feéricos.

Los seres feéricos, terminología bajo la que se suele englobar hadas, duendes, gnomos y muchas otras criaturas mágicas del folclore, son entidades de origen incierto. Su relación con los genios locales es muy estrecha, en cuanto a que suelen comprenderse también como seres ligados al territorio y personificar sus elementos naturales: aguas, viento, plantas... Pueden variar enormemente en su apariencia mostrada, atestiguándose a menudo tanto como doncellas hermosas como animales, seres asalvajados, gigantes o personitas pequeñas. Sin embargo, pese a sus múltiples formas, no debemos perder de vista que son númenes naturales y que igual que los *genii locorum*, el folclore delata que realmente no poseen una forma tangible constante ni una apariencia determinada, sino que

tienen la habilidad de tomar la forma que deseen al presentarse frente a los humanos.

Cabe decir que los seres feéricos son una especie de cajón de sastre en el que han caído y se han fundido los vestigios de una infinidad de criaturas mágicas del folclore, deidades y espíritus del territorio, muchos de los cuales ni siquiera compartirían origen o nexo en su contexto original, hoy perdido. El paso del tiempo y la generalización han borrado gran parte de sus rasgos distintivos, su multiplicidad y su riqueza bajo unas formas hoy en día ampliamente estandarizadas. Teniendo en cuenta que es realmente difícil desentramar el tejido que a lo largo de los siglos ha devenido en su caracterización actual, es interesante al menos contemplar algunas de las influencias distinguibles en sus formas principales.

Los seres feéricos beben de varias fuentes mitológicas, especialmente la romana y la celta. En la mitología romana, hallan su origen en las ninfas y sátiros, dos tipologías de deidades menores que habitan en los entornos naturales y representan la misma naturaleza y la fecundidad. Las ninfas, con aspecto de jóvenes hermosas, solían simbolizar la cara más amable y virtuosa de la naturaleza y convivir en grupo de forma festiva, a menudo como corte de una deidad mayor. Aun así, podían resultar terribles al enfadarse. Podían clasificarse en varias categorías según su hábitat: *dríades* si habitaban los árboles del bosque, *náyades* en las fuentes y corrientes de agua dulce, *nereidas* en la mar en calma, *oréades* en las montañas... Los sátiros, por su parte, representaban la faceta masculina de la fertilidad y la cara más salvaje de la naturaleza, de forma complementaria a las ninfas, con las cuales solían tener relaciones y convivencia. Su hábitat era principalmente los bosques y campos, en los que vivían festejando, bebiendo y bailando, a menudo como corte del dios Dioniso. Los sátiros se presentaban con ciertos atributos animales que reflejaban su conexión con lo salvaje y la fertilidad, como la mitad inferior del cuerpo de cabra o caballo, cuernos, pelo corporal y atributos sexuales muy marcados.

Por otro lado, en la mitología irlandesa, la mitología celta que mejor se ha podido conservar, los seres feéricos tienen también una estrecha relación con los dioses, los Tuatha Dé Danann. El mito cuenta que este pueblo de deidades y ancestros divinizados habitó el territorio antes de que lo hicieran los humanos, y tras una serie de conflictos bélicos terminaron trasladándose al interior de la tierra, donde establecieron su maravilloso reino. Este parece ser el origen del *Sídhe,* el mundo subterráneo oculto bajo los túmulos y las cuevas en el que el folclore irlandés y escocés sitúa el hábitat de muchos de sus seres mágicos y

feéricos, los *aes sídhe.* Incluso en la península Ibérica, entre muchas otras zonas de influencia celta, conservamos creencias y leyendas que remiten a la existencia de dicho mundo subterráneo habitado por las hadas y repleto de tesoros, que solo es accesible a los humanos en ciertas ocasiones determinadas, principalmente la víspera de San Juan.

El ámbito subterráneo conecta estrechamente a estos seres con el ámbito ctónico, de la fertilidad y la prosperidad. Los seres feéricos recibieron mucho culto popular aun tras la implantación del cristianismo, no solo en entornos naturales, sino también en el ámbito doméstico. Llamados habitualmente «la Buena Gente», o las «Buenas Damas», se consideraban seres propiciatorios que de ser invitados al hogar y tratados con hospitalidad, concedían sus dones en forma de abundancia material y buena fortuna. Prácticas como dejarles la mesa puesta en ciertas noches al año, sobre todo alrededor del solsticio de invierno, sobreviven hasta el día de hoy de forma más o menos encubierta en las tradiciones infantiles navideñas.

Evidentemente, su carácter ctónico los conecta también con los misterios de la muerte. De hecho, dicha conexión se estrecha más aún considerando que comparten hábitat con los muertos y que los túmulos, puntos de acceso al mundo feérico en Irlanda y Escocia, son en realidad tumbas antiguas. Esta conexión ha vuelto difusa desde la antigüedad la división entre feéricos y muertos, por lo que algunas corrientes de estudio plantean que los seres feéricos también podrían tratarse de muertos muy antiguos que se han fusionado con el territorio y perdido su identidad humana. Esta idea tiene respaldo, además, al conectar con una creencia similar a la de los *genii locorum* que se dio sobre todo en el ámbito germánico, según la cual el primer ancestro en habitar el lugar en el que se establecía la comunidad podía devenir al morir y ser enterrado una especie de espíritu tutelar local con funciones análogas a las del *genius loci* natural. Los espíritus de héroes sepultados en túmulos también ejercían en muchas ocasiones la función de númenes protectores del entorno. Además, un motivo frecuente en muchas leyendas de hadas es que un humano deviene parte de la corte feérica siendo raptado o llevado voluntariamente a su mundo, tomando a base de habitar en él los atributos (belleza, juventud, inmortalidad) de los demás seres encantados.

Para terminar de caracterizar a los feéricos, especialmente a las hadas, debemos considerar que la etimología tanto de la palabra *feérico* como de la palabra *hada* provienen del latín *fata,* cuyo significado se refiere al destino. Las hadas presentan así una importante conexión también con las entidades

femeninas del destino como las parcas, las nornas o las matres, que igual que las hadas se presentan en grupo y, como sucede en el caso de las matres, son deidades asociadas a la prosperidad, la abundancia y la fertilidad.

Esta conexión se presenta mucho en el folclore en cuanto a que las hadas a menudo son conocedoras del destino, se presentan en leyendas para anunciar eventos futuros (sobre todo muertes) y son invocadas en tareas de adivinación por sortílegas y hechiceras, de lo que tenemos varios testimonios de la Edad Media. En ocasiones aparecen realizando ciertas acciones, cuya simbología las remite a dichas entidades del destino, como lavar la ropa, hilar o tejer. Además, como ya hemos visto, son capaces de otorgar buena fortuna, lo que refleja cierto control sobre el porvenir.

Los seres feéricos presentan, por lo general, una predisposición benefactora, pero igual que los genios del territorio son temperamentales y poseen un enorme poder derivado de su control del entorno natural. Su nexo innato con la fertilidad los convierte, especialmente a hadas, sátiros y ninfas acuáticas, en espíritus de marcado carácter sexual y festivo, amantes de la música, la comida y las bebidas alcohólicas. Es sobre todo a partir del siglo XIX que los seres feéricos se romantizaron y convirtieron en espíritus graciosos e inofensivos de la tradición infantil, siendo totalmente desprovistos de su poder, su dualidad y su vertiente más salvaje, sexual y oscura ligada a las fuerzas naturales.

A nivel práctico, el trabajo con los espíritus de la tierra suele ser muy fructífero. A continuación expondré algunos métodos de acercamiento a ellos:

Los *genii locorum* son espíritus que han recibido culto en la antigüedad y, como tal, les gusta que se les trate con deferencia, se les entregue ofrendas y se les pida con humildad y agradecimiento aquello que se necesite. Son espíritus protectores pero también proveedores, con lo que a cambio de su culto y la demostración de un gran respeto suelen ser generosos concediendo sus favores.

El trabajo con ellos se puede estructurar de dos formas principales: mediante servicio al territorio y mediante actos rituales devocionales específicos. Cuando servimos al territorio limpiándolo, protegiéndolo o contribuyendo a él estamos sirviendo al *genius loci.* Las ofrendas como agua o cáscaras de huevo entregadas de forma general al territorio y no a un espíritu concreto, como una planta que vamos a recolectar, son también ofrendas al numen local. En este sentido, seguramente nos demos cuenta de que ya hemos ido cultivando una relación con él sin ser conscientes, y tengamos ya cierta complicidad en el momento de acercarnos más.

En segunda instancia, podemos llevar la relación un paso más allá realizando actos rituales devocionales de forma periódica. Para ello es recomendable explorar el territorio y buscar un lugar que nos sirva de altar y de punto de conexión con el mundo espiritual para rendir culto allí al *genius loci*. De hecho, podemos pedirle a ese numen que nos dirija al espacio que le parezca adecuado para ese fin y pasear de forma intuitiva hasta encontrarlo. Algunos lugares interesantes pueden ser una gran roca, una cueva, una fuente o un árbol anciano. Los árboles, como ya vimos en el apartado de «Lugares de poder», han sido uno de los elementos naturales en los que más se contempló la presencia divina en la antigüedad pagana, y en ellos se ha ubicado el hogar del espíritu local en muchas leyendas y tradiciones. De trabajar con un bosque, un buen lugar para dirigirnos al genio local es precisamente el árbol más anciano de la zona. Realmente podemos elegir cualquier otro lugar de poder natural o que simplemente nos guste, ya que en realidad, aunque busquemos un punto en el que la conexión sea más fuerte, el *genius loci* está presente en todo el área.

A ese lugar podremos acudir a modo de santuario, lo que nos predispondrá a un estado mental más centrado en la actividad ritual que queramos llevar a cabo. Si nos apetece, podemos montar un pequeño altar con elementos naturales de la zona, como piedras o ramas, donde colocar las herramientas de nuestra práctica o las ofrendas.

No son necesarios grandes ritos para devocionar al espíritu local, la complejidad de la ritualística depende más que nada del gusto personal del practicante. Como mínimo, bastará que estemos en un marco mental libre de distracciones y concentrados en la tarea que nos ocupa, saludemos, llamemos al numen y le comuniquemos que las ofrendas que entregamos son para él.

Deberíamos considerar aquello que ya tocamos en el apartado de «La ofrenda», entregar únicamente elementos no nocivos para el ecosistema. Algunas ofrendas adecuadas para el *genius loci* son el agua, agua con un poco de fertilizante natural, leche y miel (ambas en poca cantidad o diluidas en agua, ya que en exceso pueden acidificar el suelo), infusiones, aguas florales (sin alcohol o con menos del 5 por ciento del mismo) o inciensos (¡jamás en un entorno susceptible a incendio o en el que sea ilegal el fuego!). Las libaciones de bebidas alcohólicas de baja graduación como el vino, la hidromiel o la cerveza tienen mucha tradición, pero no se deben entregar en entornos en los que puedan afectar los sistemas de raíces de plantas cercanas. A ese fin, acostumbran a verterse preferiblemente sobre rocas que sirvan de altar, no directamente sobre el suelo. Otra opción interesante es averiguar a través de leyendas o tradiciones si hay

algún tipo de testimonio de ofrenda que se entregara o gustara especialmente al espíritu de la zona, lo que puede darnos pistas para acercarnos a él.

Cuando entreguemos ofrendas o acudamos al santuario, podemos probar a conversar con el *genius loci*. Para ello procuraremos estar al menos en un estado de trance de ligero a medio y, en caso de necesitarlo, llevar alguna herramienta adivinatoria como asistencia. Podemos preguntarle aquello que deseemos saber sobre el entorno, sus habitantes o su ciclo, o solicitarle consejo sobre temas que nos preocupen. Si la relación es cercana y nuestro interés por cuidar y conocer el lugar es sincero, los *genii locorum* acostumbran a estar abiertos a responder. Estaremos atentos a cualquier señal física, visión, frase o emoción que nos pase por la mente y la apuntaremos mientras o nada más terminar la conversación.

Además de estas formas de culto, podemos involucrar al espíritu local en prácticamente todos los actos que llevemos a cabo en el territorio: saludar cuando vayamos a pasear, solicitarle permiso antes de tomar un elemento del entorno, presentarle nuestros respetos y pedirle asistencia o protección en cualquier rito que llevemos a cabo en su espacio... El *genius loci* nos podrá facilitar herramientas, aliados, conocimiento y protección en su territorio. Incluso habrá ocasiones en las que nos entregue algún pequeño regalo, algo que estuviéramos buscando, necesitemos o nos haga ilusión, dejándonos al hallarlo con la clara sensación de que eso es para nosotros y que ha sido un gesto de favor.

Respecto a los seres feéricos, las vías de acercamiento pueden variar mucho en función de la caracterización de los mismos en cada territorio, puesto que ya hemos visto que son, en realidad, un conjunto de muchas criaturas con sus propias particularidades. Sería interesante investigar qué seres mágicos atestigua el folclore en nuestra zona o sus alrededores y en qué lugares se refleja su presencia. A falta de conocer leyendas concretas, muchas veces la toponimia puede darnos muchas pistas de la presencia de antiguos lugares de culto o asociados a espíritus de este tipo. Por ejemplo, cerca de mi territorio existe un torrente «de las encantadas», siendo las encantadas el nombre local de las hadas, y una cueva de las «Buenas Damas», otra tipología de espíritu femenino local similar a ellas. Las asociaciones a brujas o demonios en espacios naturales también suelen tener un sustrato de conexión con los seres feéricos. En hallar alguna de estas leyendas o pistas topónimas, lo lógico es comenzar a trabajar con dichos espíritus en los lugares a los que se les liga. De carecer de referencias concretas, podemos explorar emplazamientos que suelen tener vinculación con ellos, como cuevas, arroyos, fuentes, túmulos o dólmenes y tratar de percibir su

posible presencia y establecer un contacto. Los círculos de hadas, lugares en los que la vegetación o setas han crecido formando un círculo, también pueden resultar un buen lugar de trabajo.

En el folclore abundan las fórmulas y tabúes que deben ser respetados al aproximarse a ellos, que pueden variar ampliamente según el área geográfica. Algunos de estos tabúes que se encuentran a nivel paneuropeo son no mirar atrás al alejarse de ellos, no pronunciar el nombre de Dios en su presencia ni mostrarles la cruz, no portar metal (especialmente hierro) ni entregar ofrendas con sal. Es necesario comportarse de forma noble, sincera y desinteresada frente a sus pruebas, puesto que de enfadarse u ofenderse pueden resultar muy hostiles. Por ello, si se conoce alguno de estos tabúes a nivel local es preferible respetarlo.

Las ofrendas adecuadas a los seres feéricos son prácticamente las mismas que a los *genii locorum.* Destaca su gusto por la leche, la miel, las aguas florales y los aromas dulces. Además, se les atestigua el gusto por la música, la poesía, los juegos y el ambiente festivo, con lo que podemos cantarles, leerles, escribirles un poema, tocarles algún instrumento o realizar en su honor alguna actividad divertida en la que puedan querer involucrarse.

El favor de los seres feéricos suele mostrarse a través de prosperidad, abundancia material, buena suerte e incluso asistencia en las tareas artísticas o la adivinación, trayendo una gran inspiración o lucidez intuitiva. Sin embargo, cabe mencionar que de establecer relación con ellos se espera un trato agradecido y respetuoso a cambio de su simpatía, y las faltas de respeto pueden conllevar consecuencias duras.

Deidades paganas, vírgenes y santos

En la antigüedad pagana existieron miles de divinidades repartidas por el territorio, algunas de las cuales podrán haber dejado vestigios de su culto en nuestra zona. Cabe decir que antes de la conquista romana, que sincretizó y unificó en gran medida el panteón divino allá donde se estableció, las divinidades autóctonas tenían una extensión de carácter regional relativamente pequeña, y se asociaban a comunidades que podían variar de forma notable a poca distancia geográfica. En el ámbito indoeuropeo, la estructura principal del panteón, heredada de su sustrato común, solía ser similar entre la mayoría de los pueblos. Podían observarse patrones tipológicos en muchas deidades: un dios celeste

cabeza de panteón, asociado al rayo y de culto en lugares elevados, como Taranis, Reue, Varuna o Júpiter; un dios protector de la tribu, a veces con consideración de primer ancestro, como Teutates, Bandua o Marte, un dios de carácter solar con capacidades curativas y oraculares, como Lugus o Apolo, una o varias deidades femeninas ligadas a la fertilidad, la abundancia y la muerte, como las matres, Perséfone o Freyja...

Sin embargo, pese a la influencia común, cada pueblo poseía sus propios dioses. La lentitud de comunicación entre comunidades contribuía a conservar las particularidades culturales y religiosas de cada pueblo, surgidas de forma natural de su propio carácter, de su entorno y de la relación entre ambos. Aun bajo una misma influencia tipológica, las divinidades podían expresarse no solo bajo infinitos nombres, sino con características propias en cada grupo cultural, deviniendo divinidades únicas diferenciadas de aquellas similares en territorios cercanos. De hecho, existían también muchas divinidades que no se ligaban estrechamente a ninguna tipología concreta, que surgían completamente de la experiencia espiritual de su pueblo. Los dioses tomaban un papel de tutela sobre la pequeña comunidad que les rendía culto, lo que reiteraba su carácter de entidades ligadas al pueblo y al territorio en el que este estaba establecido.

El culto se realizaba en gran medida en lugares concretos del entorno definidos para cada dios: algunos dioses recibían culto doméstico o dentro de la población, mientras que otros lo hacían en ciertas montañas, cuevas, árboles, o templos. En las etapas más tempranas del paganismo, se cree que estas deidades habitaban en sus espacios de culto, con lo que a efectos prácticos eran espíritus del territorio. Tenemos reflejo de ello en los múltiples topónimos que toman el nombre de dioses, como el monte Teleno o los ríos Deva y Navia. Posteriormente, las divinidades se fueron distanciando del entorno y universalizándose en panteones más intangibles y separados del espacio terrenal. Este proceso, sumado a la *interpretatio* romana, fue borrando sus particularidades y fusionando a centenares de númenes distintos en unos pocos atributos más genéricos, que son la mayoría de los dioses que nos han llegado hasta hoy.

Podemos averiguar la presencia de divinidades en el territorio investigando a los múltiples pueblos que habitaron en él o influyeron en su historia. Los hallazgos arqueológicos serán una de nuestras fuentes más valiosas, sobre todo en pueblos analfabetos o cuyo lenguaje no se ha descifrado. A veces, esto nos dejará con poco más que un nombre en un ara votiva, símbolos esculpidos y unos pequeños fragmentos de cerámica (¡y afortunados seremos ya con eso!). El tiempo ha sido devastador para la conservación de la cultura de muchos pueblos

de la antigüedad y si nos llegan indicios de culto autóctono en nuestro territorio, lo más probable es que la información que nos proporcionen sea escasa. Aun así, como veremos más adelante, podremos intentar usarlos como punto de partida para establecer unas líneas de trabajo y podremos también tratar de acceder a esos númenes antiguos a través de investigar su huella en las expresiones religiosas posteriores.

El catolicismo, con su amplio culto a vírgenes y santos, sincretizó en esas figuras a una infinidad de divinidades y espíritus adorados anteriormente tomando muchos de sus atributos. El culto popular católico, a efectos prácticos, es en gran parte heredero del politeísmo pagano: cada santo se ocupa de unas áreas concretas como hacían los dioses, y cada virgen es distinta y se adora bajo advocaciones regionales, aunque se suponga que todas son la misma. De esta manera, aunque se introdujeran figuras religiosas nuevas, que estas tomaran aspectos fácilmente asociables a las anteriores y la estructura del culto fuera similar, suavizaba la transición entre religiones y convalidaba muchas prácticas y creencias arraigadas en la población que de otro modo no se lograban erradicar.

Prácticamente todos los pueblos de herencia católica tienen hoy en día santos patrones, hornacinas en sus calles y ermitas dedicadas a ciertas advocaciones marianas, por no hablar de las leyendas de apariciones o el hallazgo de tallas religiosas. Son formas en las que la religión genérica se ha adaptado al territorio y ha suplido el culto a los espíritus adorados en él. Por ese motivo, la probabilidad de que en esas historias, figuras y cultos se hayan conservado elementos previos e información acerca de los espíritus del entorno es realmente alta y vale la pena que, aunque no nos convenza la fórmula católica, dediquemos tiempo a conocerlos.

A este fin, podemos considerar investigar lugares típicos de espíritus del territorio en los que haya o haya habido una imagen religiosa, como abundan en caminos, encrucijadas y fuentes. Esa figura suele estar ahí por uno de dos motivos: o pretende expulsar al espíritu previo y sacralizar el espacio, como suelen hacer las cruces de hierro, o porque directamente los sincretiza en su figura y pueden compartir algunos atributos, blanqueando un culto pagano persistente que se hacía en el lugar. En ambos casos, la presencia de la hornacina o la imagen católica nos informa de la presencia de un numen del territorio en el lugar, y en el caso de que su carácter no sea claramente detractor del paganismo, puede que nos hable mucho del carácter de dicho espíritu. Podemos usar la fórmula del santo o la virgen para dirigirnos a él si no tenemos conflicto personal con ello, o utilizarlo de base para tener una primera idea e ir completando

nuestras nociones de él por otros medios intuitivos o académicos.

Una segunda forma de explorar a los espíritus del territorio a través de sus máscaras cristianas es investigando al santo patrón local. Casi todos los pueblos o barrios poseen uno o dos, y acostumbran a tener un lugar reservado a su culto en el entorno al que nos podremos remitir para el trabajo intuitivo. Los santos suelen tener un importante componente genérico, en cuanto a que acostumbran a tener unos atributos y una historia oficial establecida por la Iglesia, pero aun así, en muchas ocasiones encontraremos particularidades que los ligan al territorio en el que se les devociona. Por ejemplo, que se le asocie un símbolo inusual que no está en sus representaciones genéricas o de otros lugares, que exista la creencia en un milagro realizado por él en esa población o que se haya hecho el traslado y adaptación de su leyenda principal al entorno próximo, como sucede con san Jorge y el dragón en la población de Montblanc. Estas adaptaciones, incorporaciones o modificaciones locales siempre son interesantes de investigar, puesto que pueden dar indicios del carácter y las particularidades del espíritu del territorio o incluso recoger vestigios de sus leyendas.

En el caso de no hallar ningún elemento superpuesto a un culto anterior, de todos modos podemos explorar al santo, santa o virgen local reflexionando sobre sus atributos de forma arquetípica. Quizá sus funciones reflejen algo que para el pueblo resultaba importante, con lo que el santo tendría la función de dios tutelar o *genius loci* protector y proveedor para la comunidad. Podemos utilizar los atributos y algunas fórmulas de su culto local (por ejemplo, las ofrendas tradicionales o fechas importantes en las que se le adora) como base para dirigirnos al espíritu del lugar y contrastar de qué manera encajan o no con lo que nosotros percibimos de él.

Por otro lado, no debemos olvidar que los santos son en primerísima instancia muertos, y bajo esa premisa continuaremos hablando de ellos en el próximo apartado.

Finalmente, una tercera vía de investigación pueden ser las leyendas de apariciones y hallazgos de imágenes religiosas. Nos interesan especialmente aquellas que se refieren a un lugar concreto y ligan a la figura aparecida al territorio. Esto es particularmente notable en las apariciones marianas, que suelen darse mucho en lugares que ya poseen un sustrato denso de espíritus femeninos paganos, númenes del territorio y seres feéricos: cuevas, rocas, arroyos, fuentes, bosques, árboles o plantas. Tenemos ejemplo de ello en las múltiples vírgenes del Roble y de la Encina, en la Virgen de Aránzazu, hallada

entre espinos, en la Virgen de la Cueva de Ques o en la Virgen de la Fuente de Villalonga, que según la creencia se halló en un río e hizo brotar agua de una fuente seca, lo que podría remitir a la sincretización de una divinidad fluvial o dispensadora de las aguas. Otro ejemplo interesante es la Virgen de los Milagros de la ermita de Hornuez, hallada, según la leyenda, en un enebral tras impedir reiteradamente que unos pastores hicieran fuego en la zona, delatando su función protectora del territorio y su aspecto verdadero de *genius loci*.

Es curioso apreciar el motivo central que comparten muchas leyendas de tallas religiosas encontradas, que una vez hallada la imagen, es transportada al pueblo o a la iglesia. Por el camino, o durante la noche, la imagen desaparece para aparecer de nuevo en el espacio natural en el que se halló, dejando patente que el espíritu habita en él, allí es donde quiere permanecer y donde debe ser adorado. Se trata, a todo efecto y pese a la máscara cristiana, de un numen del territorio. Muchas de estas apariciones han dado lugar a santuarios y ermitas, como las ya mencionadas Aránzazu u Hornuez o los santuarios de Montserrat o de Lourdes, y en muchos casos, aunque es muy difícil de saber con certeza a menos que haya otros hallazgos, podrían ser el vestigio o la reminiscencia de un culto pagano local previo. Un ejemplo interesante de ello es la Virgen del Olmo, en Aldeanueva del Camino, de la cual aunque no se conserva la leyenda de su aparición, su

nombre asociado al árbol y su ermita construida sobre restos romanos otorgan muchos indicios de la cristianización de un santuario anterior dedicado a una deidad femenina.

En todo caso, es importante recalcar que no es necesaria la existencia de un culto pagano anterior en un espacio cristiano para comprender que los santos o vírgenes que muestran las características comentadas son advocaciones de espíritus del territorio. En muchas ocasiones no habrá un sustrato pagano directo sincretizado como un templo convertido en ermita, pero lo que sí habrá prácticamente siempre es un sustrato folclórico pagano y animista, porque forma parte de nuestra cultura: la creencia en espíritus del territorio, aunque se les entienda en la forma de figuras cristianas.

El modo en el que se caracterizaba en el pasado a las divinidades paganas, vírgenes y santos nos da pistas de cómo son los espíritus que influyen en un entorno y sus habitantes, pero no debemos olvidar que incluso su nombre, representación y atributos simbólicos son un conjunto de fórmulas humanas formadas para comprender y aproximarse a un numen o a una energía primordial. Algunas de esas fórmulas serán válidas para conectar con esa potencia espiritual aún hoy en día, mientras que otras, influidas por el sustrato cultural y social en el que se formaron, puede que ya no encajen o no nos produzcan el efecto místico que producían antaño. No debemos olvidar que esas fórmulas antiguas no son las únicas, y que la falta de las mismas no debe sernos un obstáculo incapacitante.

De tener suficiente información para acercarte a una deidad local conociendo sus características y atributos, usando sus símbolos, ofrendas típicas y formas de culto, tienes mucho ganado para conectar con ella. De no ser así, mi consejo es que seas creativo y un poco caoísta, y no tengas miedo de formar tus propias fórmulas o incluso de utilizar fórmulas folclóricas aparentemente cristianas si eso te acerca al numen o al territorio con el que quieres trabajar. Al final, estamos en este camino para experimentar el mundo espiritual por nosotros mismos, no para conocerlo únicamente por lo que han contado otros sobre él. Si puedes partir de unas pocas pistas, como el culto local a un santo, que se hayan encontrado restos de ofrendas en una cueva o un ara votiva con un nombre en una colina ya tienes una pista de a dónde te puedes dirigir o a qué podría estar asociado el espíritu de ese territorio. Partiendo de ahí, puedes explorar con la intuición y con el análisis comparativo con otras deidades de lugares cercanos o culturas relacionadas: en la cueva, quizá se tratara de una deidad ligada al Inframundo o a la fertilidad, mientras que en la colina, posiblemente se tratara de un dios de carácter celeste y

soberano (es útil familiarizarnos con los patrones tipológicos indoeuropeos). De ahí, investiga a nivel experiencial: acude al lugar, medita, intenta conectar con esa energía con algún sistema de adivinación si te cuesta hacerlo solo con la intuición, pregunta y espera respuesta, entrega ofrendas en función a lo poco que sepas e intenta sentir si le gustan o no... Si recibes la intuición de una ofrenda concreta o de hacer cierta acción, adelante con ello y a ver a dónde te lleva. Poco a poco podrás ir comprendiendo mejor a ese espíritu y su carácter se irá definiendo frente a ti conforme la relación avance. El proceso no es distinto en absoluto a conocer a un *genius loci,* de los que ya hemos hablado en el apartado anterior.

Para finalizar, puede ser tremendamente interesante contemplar la evolución del lugar en el que sospeches la presencia de un numen poderoso, ya que a menudo con ello se hallan pistas esparcidas a lo lago de los siglos. Puede que el culto a una diosa pagana y posteriormente a una advocación parecida de la Virgen en una misma zona sean el testimonio de la presencia y la adoración a un mismo espíritu local bajo dos acercamientos distintos.

Muertos, los ancestros de territorio

Finalmente, el último tipo de espíritu principal con el que podremos interactuar en el territorio son los muertos. El culto y trabajo con los muertos está fuertemente demonizado y tabuizado en Occidente hoy en día, pero antaño formaba una enorme parte de la práctica religiosa y, sobre todo, del culto doméstico.

En las religiones paganas europeas, los muertos eran tan temidos como profundamente respetados, con lo que el conocimiento de su ciclo y el cultivo de una relación favorable con ellos resultaba primordial.

Los muertos tenían una importantísima función en el ciclo natural, puesto que en contraposición a los vivos conformaban la otra mitad de la existencia. Sus actividades impulsaban el ciclo para que la rueda siguiera girando, se sucedieran las estaciones y se dieran los medios adecuados para la vida. Como entidades ctónicas, se creían íntimamente ligadas a la fertilidad de la tierra y al ciclo agrario, al cual podían favorecer o perjudicar determinando el devenir y la supervivencia de la comunidad. Todo esto se les reconocía mediante una serie de celebraciones y prácticas rituales estacionales en las que vivos y muertos

interactuaban estrechamente, las cuales fueron tan relevantes que muchas, como veremos, han llegado a día de hoy.

El año se divide claramente en dos mitades, distinguibles por el balance de horas diarias de luz y la situación climática: una mitad comprendida más o menos por el otoño y el invierno y la otra por la primavera y el verano. A excepción de algunos héroes y ancestros míticos, que la mitología ubicaba en los planos superiores del *Axis Mundi*, los muertos estaban asociados a la noche, al frío y al ámbito subterráneo por contraposición al dominio celeste y solar, con lo que a nivel simbólico, la mitad oscura del año y la noche les pertenecían. Al ser lapsos de tiempo en los que el sol, avatar de la vida y la luz, no puede llevar a cabo sus funciones apotropaicas, los muertos y otros espíritus nocturnos podían emerger de sus escondites y campar a sus anchas amparados por su medio natural, la oscuridad.

A la llegada de la mitad oscura del año y especialmente alrededor del solsticio de invierno, la noche más larga, existía un enorme abanico de creencias y prácticas por toda Europa que hacían referencia a la invasión del mundo de los vivos por parte de los muertos. Es en este momento que se daban celebraciones de las cuales este proceso natural era el tema central, como la *Trinoxtion Samoni* gala o el Samahain irlandés y las noches de Yule en el ámbito germano. En territorio hispano, el vestigio de dicho tipo de celebraciones, pese a la pérdida de sus nombres y la mayoría de sus atributos, mitología y particularidades, es claro: debieron ser celebraciones notablemente importantes porque pese al paso de los siglos se cristianizaron y conservaron como Todos los Santos, el Día de Difuntos y el periodo navideño manteniendo una inusual cantidad de actividades y creencias paganas enmascaradas. Además, durante la mitad oscura del año, el folclore recoge centenares de prácticas apotropaicas dispuestas para protegerse y apaciguar a los espíritus de los muertos y la noche y, más interesante aún, conserva una infinidad de leyendas que se encuadran dentro de la creencia del ascenso de los muertos y su tránsito por el mundo de los vivos.

Sumadas a la infinidad de historias de apariciones que se concentran específicamente en esta época del año, las leyendas que más permiten atisbar el tránsito anual de los muertos son las que se refieren a las procesiones espectrales. En territorio hispano encontramos ejemplos en la Santa Compaña, la Estantigua, la Güestia o el Compte Arnau, todas expresiones que remiten a un mismo mito común indoeuropeo hallado por todo su territorio de influencia, especialmente en el área germana: la Cacería Salvaje. Este mito refleja que durante las noches de invierno, especialmente alrededor del solsticio, una comitiva espectral, formada

por los muertos y a menudo liderada por un ancestro mítico o una divinidad asociada a la muerte, surca los cielos o transita por la tierra. Dicha procesión se trata en muchas ocasiones de una horripilante comitiva de caza fantasmal acompañada de sus perros o de una hueste de jinetes o guerreros, y es profundamente temida porque toma con ella a todas las personas vivas que se crucen en su camino.

Sin embargo, la connotación de esta comitiva de muertos, por muy terrorífica que fuera, tenía también una vertiente propiciatoria. Los muertos transitan el mundo de los vivos conquistando la tierra, trayendo la muerte, la destrucción y la enfermedad, pero realizan una labor de putrefacción del viejo ciclo que permite un sustrato fértil para el nuevo comienzo. Sin ellos, el ciclo envejecería sin poder morir y renacer, ocasionando la debilidad y la escasez. Además, igual que regresaban los muertos temibles regresaban los ancestros de la familia, y bendecían con futura prosperidad a sus descendientes.

El mito de la procesión espectral constaba también de una variante complementaria femenina que se centraba en el aspecto más fértil y oracular de los espíritus ctónicos: las comitivas espectrales lideradas por una reina o diosa, por ejemplo Diana, que aunque conectadas también a los muertos, tenían muchos atributos relacionados con el ámbito feérico y las sociedades de las hadas. Dichas comitivas pasaban festivamente por las casas durante ciertas noches de invierno y bendecían aquellos hogares y familias que fueran hospitalarios con ellas concediéndoles abundancia y buena fortuna. Como en las procesiones fantasmales masculinas, también se creía que la sociedad espectral femenina podía llevarse consigo a los vivos temporalmente, sobre todo a las mujeres, pero de una forma más frecuentemente voluntaria. Este mito, de hecho, fundamentó en enorme medida el constructo del Sabbat de las brujas en la Edad Media.

Uno de los reflejos de estas creencias en la ritualística popular nos ha quedado en las innumerables prácticas de ofrenda de las noches circundantes al solsticio de invierno que se llevaban a cabo hasta hace pocas décadas. Dejar ofrendas a los muertos en la entrada de la casa o en el exterior como acto apaciguador para evitar que entraran, dejar ofrendas en la lumbre para los ancestros de la familia, a los cuales se ligaba estrechamente el fuego del hogar, y, sobre todo, dejar ofrendas en la mesa para las procesiones espectrales propiciatorias, especialmente las femeninas, como las Buenas Damas. Aún hoy, el vestigio de esta práctica está muy presente en el periodo festivo navideño, en particular en el mito de los Reyes Magos y la comida que se les pone como gesto de hospitalidad para que cuando pasen por la casa dejen sus regalos.

Los muertos no solo representan la oscuridad, sino también las fuerzas del caos que el ámbito celeste lucha por ordenar. Con su llegada y regencia durante los meses fríos, se entendía que el ciclo entraba en un periodo de desgobierno que también era necesario para el posterior renacimiento y fertilidad de la tierra, del que la comunidad debía hacerse partícipe. Se aprecia un claro ejemplo en las fiestas del desorden como la Saturnalia y la Lupercalia romanas, posteriormente en los carnavales, en las que se disolvía la identidad humana habitual y se participaba del lado salvaje y descontrolado de la polaridad. Con ello, se aceptaban e integraban las fuerzas de la muerte, lo que comportaba la purificación de la comunidad: la liberación de los instintos reprimidos y de las cargas, la muerte de lo innecesario y lo caduco que permitiría hacer espacio para lo nuevo. Al final de este periodo de caos, ya en la segunda mitad del invierno, se mataba simbólicamente el espíritu de lo viejo (tenemos ejemplo aún en la quema del Rey del Carnaval) y se llamaba a despertar a la naturaleza, que provista de la putrefacción que los muertos habían traído durante su estancia, ahora tendría el sustrato necesario para renovarse y volver a crecer.

Terminando la mitad oscura del año, llegaba el momento de despedirse de los muertos. Muchas de las fiestas y prácticas ubicadas al final del invierno y comienzos de la primavera estaban dirigidas esencialmente a propiciar la fertilidad y proteger los cultivos incipientes y las crías del ganado de esos espíritus que ya habían regenerado el sustrato de la vida. Del mismo modo que el sol ascendía, haciendo remitir cada día más la noche, era momento de despedirse y desterrar a los difuntos una vez cumplida su función.

A los muertos queridos o bienintencionados se les honraba y agradecía en celebraciones como la Parentalia o la Rosalia, en las que se iba a entregar ofrendas a los ancestros. Al resto se les ahuyentaba con prácticas apotropaicas y purificadoras. Hacia inicios de mayo, en el que se dan una infinidad de ritos de fertilidad, quedan los últimos vestigios de la Cacería Salvaje, por ejemplo, en la Noche de Walpurgis germana. Una última noche en la que la comitiva espectral es visible de regreso a su mundo.

A partir de esta fecha aproximada, las prácticas y asociaciones folclóricas con los muertos se reducen en enorme medida. Las apariciones y comitivas espectrales de la mitad clara del año son eminentemente de carácter feérico, reflejando los aspectos más propiciatorios y de fertilidad del ámbito ctónico. Así, el ciclo seguiría año tras año en un equilibrio en el que vida y muerte se nutrirían la una a la otra, manteniendo la existencia.

El ciclo de los muertos es importante de conocer porque nos hace ver que las celebraciones como Samhain no son momentos «sobrenaturales» aislados, sino que se comprenden en un contexto y en un proceso orgánico y natural que abarca todo el año. Esto nos puede proporcionar herramientas y fechas óptimas para la interacción, pero también nos interpela a cumplir nuestro deber tradicional para con ellos al entender la importancia que tienen para el mundo de los vivos. Si queremos conocerles y tener una buena relación, deberemos considerar llevar a cabo una serie de actividades y ritualística cíclicas de las que nos informa ampliamente el folclore que reflejan el respeto por ellos y por su función en esta rueda de la vida. Algunos ejemplos son:

En el Día de Difuntos, ir a limpiar las tumbas de nuestros familiares y ponerles flores, montar un altar de ancestros en casa, entregar ofrendas tradicionales como castañas o poner velas (son típicas las velas llamadas «mariposas») por los muertos a los que nadie recuerda. En el trabajo con los espíritus del territorio sería conveniente acudir unos cuantos días al cementerio local a entregar ofrendas, por ejemplo de incienso, y limpiar las tumbas de las que no se ocupa nadie. La noche del 31 de octubre o del 1 de noviembre, a depender de la tradición local, puede ser un gran momento para contactar con ellos y para las prácticas necrománticas.

Durante las fiestas decembrinas, se pueden dejar ofrendas fuera de casa a los muertos desconocidos del territorio, invitar a los ancestros a la cena y dejar la mesa puesta con pan y vino para los espíritus la noche que sea típica en la zona. En la mía, por ejemplo, hay vestigios del paso de las procesiones espectrales femeninas el 24 de diciembre y masculinas el 5 de enero, y además abunda la creencia en el Sabbat de las brujas el 31 de diciembre, lo que puede ser interesante para la práctica de brujería y vuelo del espíritu.

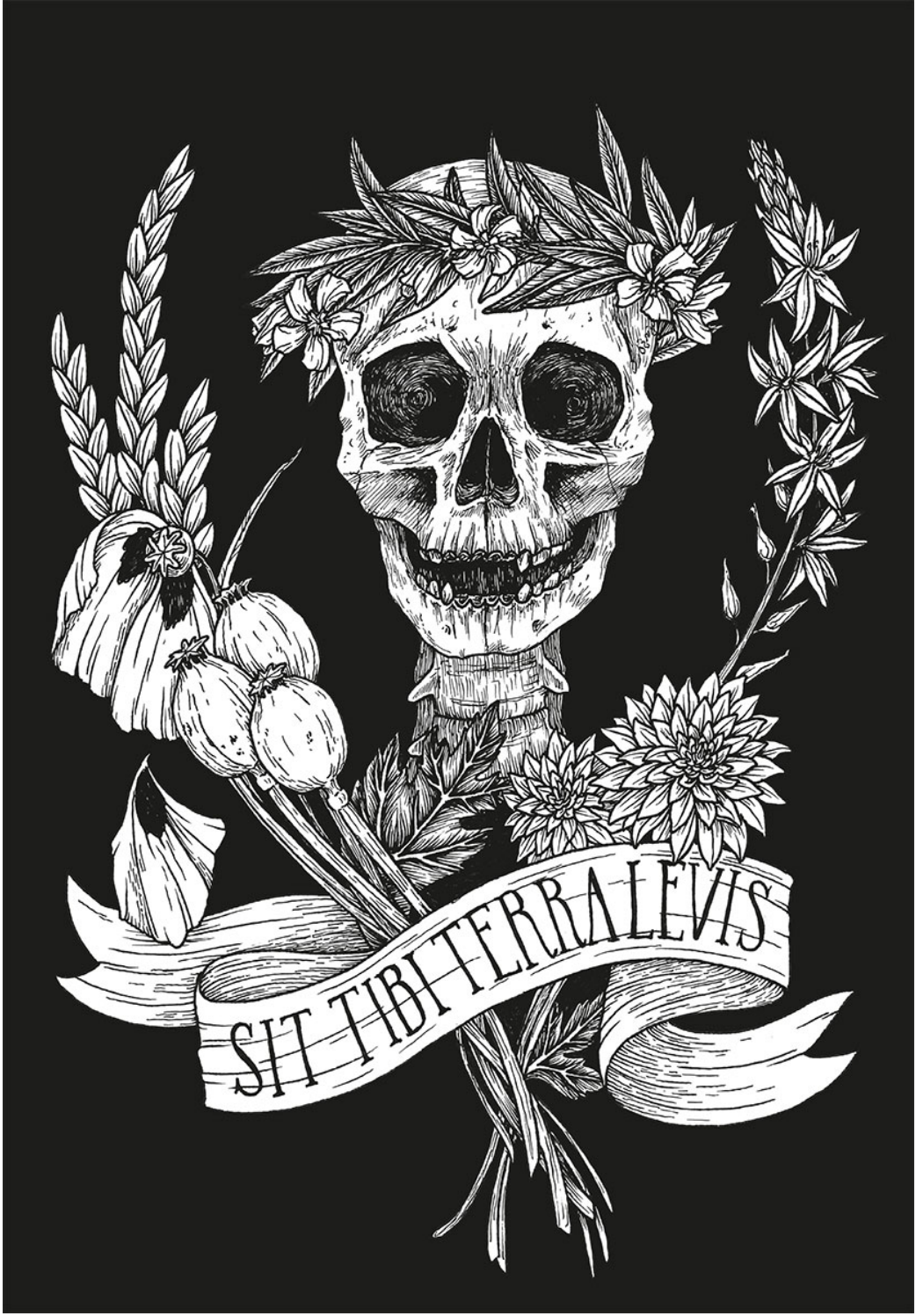
Llegada la primavera, podemos llevarles flores y aguas perfumadas al cementerio, limpiar de nuevo las tumbas y agradecerles que hayan regenerado el ciclo y traído la nueva vida.

Cabe mencionar que aunque la tradición ligue a los muertos especialmente a una época del año en las que están más presentes, la temporada de invierno, los límites entre el mundo de los vivos y el de los muertos no son nunca algo estricto, y el folclore deja patente que el contacto con ellos se consideraba posible en cualquier momento del año. Los muertos transitan alrededor de los vivos y se involucran en sus actividades, ya sea para protegerlos, guiarlos o perjudicarlos. Por muy tachados de antinaturales y demonizados que estén, la realidad es que

podremos hallarlos innumerables veces en nuestro camino espiritual por el territorio y, con cautela y respeto, nuestra interacción con ellos puede ser muy positiva. Por eso, vamos a contemplar unos cuantos aspectos generales de trato con ellos.

En el trabajo con difuntos debemos considerar que, para estrechar lazos y poder aprender a interactuar de manera segura, es preferible comenzar a trabajar con nuestros propios ancestros. Ellos son nuestra conexión más cercana con el mundo espiritual y acostumbran a velar por nuestra protección, otorgándonos seguridad a la hora de conocer e interactuar con otros muertos.

Cabe decir que por ancestros se suele comprender a los difuntos de nuestra propia familia, es decir, al linaje de sangre, pero también existen otros tipos de nexos que se comprenden como linaje espiritual. Es el caso del linaje de oficio, en el que el nexo común entre el practicante y los ancestros de linaje es poseer un oficio común, por ejemplo la brujería o el curanderismo. Dada la implicación del practicante en mantener el legado de esos muertos, se entiende que estos le apoyarán transmitiéndole guía y conocimiento. Lo mismo sucede al hablar de ancestros de territorio: aquellos muertos que conocían el territorio y amaban sus costumbres y secretos es probable que estén dispuestos a legar su conocimiento al practicante que trabaje o habite en el mismo lugar, igual que lo hacen muchos ancianos cuando uno se interesa por sus historias y saberes. Es en este aspecto en el que más podremos beneficiarnos de una alianza con los muertos del territorio. Ellos nos ayudarán a conocer el entorno y nosotros cumpliremos nuestros deberes tradicionales con ellos y contribuiremos a que su legado no se pierda.



Mi recomendación es comenzar esta relación en el cementerio local. Otros espacios como encrucijadas o ruinas son también lugares de muertos, pero dado a

que buscamos espíritus lo más pacíficos posibles no son la mejor opción para principiantes.

Los muertos bienintencionados son agradecidos y suelen alegrarse de que alguien se acuerde de ellos y comparta tiempo en su compañía. Podemos comenzar la relación acudiendo varios días al cementerio, llamando a la puerta antes de entrar y sencillamente paseando o sentándonos un rato a meditar. De ese modo comenzarán a acostumbrarse a nosotros. Después, podemos ir incorporando un acercamiento más activo: ir cada día a leerles en voz alta un libro, recitarles poesía, ir a merendar en su compañía con un pequeño pícnic, disponiendo una parte de la comida para ellos, contarles nuestros progresos en el estudio del territorio...

En estas actividades lo que se busca no es dar ofrendas que compren su interés, sino cultivar una relación. Los muertos, dado a que han sido humanos vivos como nosotros, son los espíritus con los que más fácil es conocer qué les puede gustar y cómo podemos llegar a ser amigos, y esto es algo que debemos aprovechar.

Ocasionalmente, en momentos especiales o cuando nos apetezca, podremos llevarles algunas ofrendas. Las ofrendas más comunes para los muertos son aquellas que les transmitan vitalidad, ya que no olvidemos que la muerte se alimenta de la vida y la vida de la muerte: velas, que les dan calor y luz, castañas calientes, frutos secos (que son incorruptibles y representan la regeneración de la vida), flores, fruta (especialmente manzanas, que simbolizan la juventud y la eternidad tras la muerte), incienso, agua y bebidas alcohólicas, a las que tradicionalmente se les asocia una cualidad espiritual y vitalizante. De entre estas bebidas es especialmente típico el vino, que por su asociación simbólica a la sangre representa la esencia vital. Por lo general no es recomendable ofrendar sangre (y menos propia) a los muertos, porque puede atraer a espíritus desconocidos o ligarlos a nosotros de forma que nos importunen y busquen alimentarse más de nuestra energía. Las ofrendas alcohólicas las verteremos sobre la tierra en algún punto en que no perjudiquen a la vegetación, mientras que el alimento lo enterraremos, teniendo en cuenta siempre que aquello que pongamos en una tumba es para ese muerto en concreto y aquello que no se entregue en ninguna específica es para todos.

En este punto, podremos llevar a cabo nuestra búsqueda de contacto ayudándonos de la meditación y las técnicas de trance, la escucha activa de nuestra intuición y los métodos adivinatorios. Podemos utilizar alguna práctica

protectora si lo consideramos necesario, de lo que hablaremos un poco en el apartado siguiente, pero la clave principal es simplemente cultivar la intuición y prestar mucha atención a nuestro instinto. Es normal tener un poco de miedo a lo desconocido, pero nuestro instinto nos confirmará si ese miedo tiene una razón de ser más allá: por muy buenas palabras que recibamos de un espíritu, si algo nos hace sentir mal o nos hace estar alerta deberemos dar las gracias, despedirnos e interrumpir el contacto. Sin embargo, en mi experiencia, igual que la mayoría de los vivos, la mayoría de los muertos no son malintencionados.

Tras centrarnos y estar en un estado mental de trance medio en el lugar elegido, podemos comenzar a preguntarnos: ¿Siento alguna presencia? ¿Es agradable o desagradable? ¿Qué sentimiento me transmite? Siempre que la presencia sea agradable, podemos comenzarle a hablar y pedir alguna señal para confirmar sus respuestas cuando sean afirmativas en el caso de que intuitivamente nos cueste recibirlas. Es normal dudar mucho de lo que percibimos al principio, y muchas veces no notaremos nada. Ni siempre estamos lúcidos ni tampoco los espíritus hablarán siempre que nosotros queramos. Es preferible no forzar recibir algo para evitar caer en falsear nuestra percepción, y simplemente permanecer abiertos un rato, tomar nota si sentimos algo y seguir acudiendo a intentarlo de forma frecuente. La práctica hace al maestro, y muchas veces lo que en un primer día era un sentimiento vago unas semanas después es una certeza, mientras que otras percepciones se desmienten vistas desde la distancia. Es importante intentar no dar todo por bueno a la primera buscando la seguridad de confirmarnos, sino dejar nuestras percepciones reposar y que poco a poco, día a día, el puzle se vaya construyendo. Podemos validar mejor los mensajes e ir afinando nuestra capacidad de percepción si preguntamos con respeto algo que posteriormente podamos confirmar (cosas que de verdad nos interesen, no es educado preguntarles solo por ponerles a prueba). Por ejemplo, podemos preguntar por el aspecto de un lugar en cierto momento y luego buscar en fotografías antiguas, o pedir ayuda para llegar a un sitio desconocido o encontrar algo y luego seguir las indicaciones.

No es necesario que nuestro trabajo con los muertos del territorio pase al ámbito doméstico, pero si llegamos a tener suficiente confianza con ellos podemos incluirles en nuestras prácticas de culto a los ancestros, colocándoles un altar en casa. En dicho altar podemos poner elementos que hagan referencia a sus costumbres, tradiciones u oficios, así como fotografías antiguas del territorio, un vaso de agua de cortesía, que deberá estar siempre lleno y limpio independientemente de que de modo puntual entreguemos ofrendas, y un cuenco

de tierra del cementerio en el que hemos comenzado el contacto.

Cabe decir que no todos los muertos con los que vayamos a contactar van a ser espíritus lúcidos. En mi experiencia, sobre todo en lugares que retienen energía como las ruinas, lugares encantados y en los que han sucedido eventos traumáticos podemos encontrar espíritus que son poco conscientes, que son solo vestigios de lo que fueron o que simplemente son huellas energéticas dejadas por alguien que ya no se encuentra allí. Depende de nosotros decidir si queremos trabajar con ellos y ayudarles de alguna forma en el caso de que nos parezca que podemos hacer algo, pero es muy posible que no puedan interactuar de manera lógica o inteligente con nosotros. En todo caso hay que ser cautelosos porque en ocasiones son emociones negativas muy intensas las que les mantienen allí.

Finalmente, es interesante retomar el tema de los santos al hablar del trabajo con muertos. La devoción a los santos no deja de ser un culto a los muertos legado del culto pagano a los héroes y ancestros míticos. Los restos mortales de los santos se reparten por el territorio como reliquias bajo la consideración de que su presencia hace más fuerte el contacto con su espíritu y protege la zona, la misma creencia que ya contemplamos al hablar del alma ósea: los restos del cuerpo dan presencia y capacidad de actuación en el mundo material al espíritu ligado a ellos. También existen reliquias por contacto bajo el principio de la magia contagiosa: ropa, sudarios... Si en nuestra zona existe alguna iglesia que posea una reliquia del santo patrón puede ser un trabajo interesante acercarnos a dicho espíritu no como santo cristiano, sino como muerto, y tratar de conocerle yendo a meditar frente a sus restos. De hecho, puede que en ocasiones los restos ni siquiera pertenezcan a quien se atribuyen, dado que las reliquias raramente tienen un respaldo arqueológico firme más allá de la validación de la Iglesia. Sea quien sea el muerto, al ser un espíritu ampliamente adorado en el culto local es muy probable que reúna en sí mismo un notable poder y actúe de espíritu tutelar de la zona, con lo que podemos curiosear su presencia y ver a dónde nos lleva.

Precauciones en el trato con espíritus

La Senda del Territorio, a mi forma de concebir, está intrínsecamente ligada al trato con espíritus. Es curioso, porque hoy en día muchas de las corrientes mágicas o espirituales de Occidente más populares apenas consideran este tipo de interacción, y si lo hacen es generalmente con dioses, guías y seres ascendidos. Espíritus en una condición de superioridad respecto a los humanos y con una

connotación luminosa y celestial que pasan el baremo de la invisibilización y la demonización que sufren otros menos afortunados: aquellos que no consideramos para que no alteren los cimientos de nuestra forma de vida, como los de los animales, las plantas y los lugares, y aquellos cuya función ha sido totalmente relegada por el miedo, el dogma religioso o la infantilización, como los de los muertos y los feéricos.

Creo que el alarmismo popular que hay alrededor del trato con entidades proviene en gran medida de esta demonización y de la separación del mundo espiritual, que ha producido que olvidemos cómo interactuar de forma responsable con ellos. Aun así, es importante entender que los espíritus del territorio no son seres de luz que no pueden hacernos ningún daño, sino seres ambiguos movidos por sus propios intereses, con sus luces y sus sombras, como lo somos también las personas. A este fin quiero proporcionar en este apartado unas pautas acerca de la seguridad en el trato con espíritus que ayuden a ver que la interacción con ellos es algo natural que simplemente requiere de prudencia, responsabilidad y educación.

Ante todo, no puedo dar unas fórmulas simples que vayan a mantenernos seguros del todo en cualquier situación, porque a menos que no nos salgamos jamás del redil que es nuestra zona de confort conocida, no creo que existan. Cada situación y cada practicante requiere de sus propias fórmulas para que estas le sean útiles, y depende enteramente de uno mismo cultivar una visión crítica que permita descubrirlas y adaptarlas. Es muy importante ser coherentes con nosotros mismos y elegir nuestras pautas porque les hallamos sentido, no porque otros nos digan con firmeza que es lo correcto. Al final, para la magia, no es tanto la técnica concreta lo que aporta la efectividad, sino la solidez que tiene en nuestro interior y la confianza que tenemos en la misma. Esto puede dar praxis muy distintas entre unos y otros, pero igualmente válidas: hay personas que sentirán necesario trazar un círculo mágico protector cada vez que vayan a interactuar con espíritus o hacer un rito, otras que sientan que un amuleto les es suficiente y otras cuya protección habitual sea solo la confianza en su cautela y en sus espíritus aliados. Es evidente que esa protección debe ser lógica y proporcional a la tarea que se esté realizando: no es lo mismo ir a conocer al espíritu de una fuente tranquila y agradable que hacer un rito de evocación en una encrucijada a medianoche.

En primera instancia, por poco mágico que parezca, creo que la fórmula de seguridad más poderosa con la cual pocas veces he necesitado medidas extra es hacer uso del sentido común. Es de pura lógica comenzar a trabajar con lugares

que se sientan amables y tranquilos y no con aquellos con mala fama espiritual o que transmitan una sensación desagradable. Es de pura lógica no ofrendar a un espíritu desconocido algo personal que pueda ligarle a nosotros sin haber ido forjando una relación poco a poco, y tampoco creer sin cuestionarnos todo lo que nos diga cuando no tenemos aún complicidad con él. Es lógico no exponerse a situaciones de las que no se tienen las herramientas o la confianza en ser capaz de salir de ellas, por ejemplo, evocar sin estar bien familiarizados con alguna forma de destierro y sin llevar encima un buen recurso apotropaico, o incluso algo tan terrenal como lanzarnos a explorar un bosque desconocido sin batería en el móvil.

La confianza con los espíritus se construye por ambas partes con el tiempo, y una práctica segura también. Igual que no esperaríamos de cualquier desconocido por la calle que nos diera dinero al pedírselo, no le proporcionaríamos información personal o no le invitaríamos a nuestra casa, tampoco tiene sentido hacerlo con un espíritu que acabamos de conocer. La seguridad radica en dar pequeños pasos que asuman poco riesgo, para que en el momento en que algo pueda no ir bien, sea fácil dar ese paso atrás y prevenir consecuencias mayores. Raramente las situaciones llevadas de esta forma tienen un resultado negativo grave o irremediable, y en el caso de que lo tengan, suele tratarse de una cuestión de suerte frente a la cual poco se podía hacer.

En ocasiones, nuestra mejor medida de seguridad va a ser también una dosis moderada de miedo. Tendemos a creer que en nuestro camino espiritual el miedo no debería estar presente, pero la realidad es que a veces lo estará y deberemos verlo no como un problema, sino como un aliado más. El miedo es nuestro mecanismo interno para reconocer y actuar frente al peligro. Él nos prevendrá de ingerir una planta que no tenemos la seguridad de haber identificado bien, de acudir a un lugar peligroso o de obedecer a un espíritu que demande algo que no nos parece seguro. Carecer de miedo al enfrentarnos a situaciones nuevas que contienen riesgos potenciales sería exponernos despreocupadamente al peligro.

El miedo es una herramienta maleable, que se afina con la práctica conforme hacemos conocido lo desconocido y extendemos nuestra zona de confort. Es normal temer a una situación nueva aunque en la realidad no contenga peligros considerables, porque ante la duda, siempre actúa por si acaso. Es evidente que eso puede resultar limitante en nuestra práctica espiritual, pero esa limitación no se rompe silenciando ese instinto y exponiéndonos de forma irreflexiva, sino desde el respeto y el diálogo con él para convertirlo en un amigo que nos ayude a discernir aquello que es bueno y seguro para nosotros. Si tememos ir al bosque de

noche pero queremos llegar a trabajar con él, podemos escuchar al miedo investigando qué peligros podemos encontrar y haciéndonos con algunos elementos de seguridad, como un GPS, una navaja y un talismán. Si con estos elementos nuestra mente racional tiene claro que reducimos considerablemente la exposición a las amenazas, podemos dar el paso de actuar y acudir al bosque primero de día, hasta conocerlo bien, y luego cada día un poco más tarde, hasta que lleguemos a estar de noche. El miedo muchas veces no atiende a la racionalidad, atiende a algo mucho más primitivo: el instinto que le otorga la experiencia. Es mediante ella que se irá relajando y calibrando, dejando de sobreestimularse por amenazas mínimas o imaginarias y hallando su punto de equilibrio útil, en que nos avise cuando realmente haga falta.

A nivel personal, recomiendo que conforme queramos ir tanteando pasos más allá de nuestra zona controlada, busquemos un acercamiento con algunos vegetales, númenes intangibles o elementos que en el folclore local tengan un amplio sustrato de buena interacción y una asociación con la protección, la limpieza, el destierro y el despojo de malas energías y espíritus. Por ejemplo, la ruda, el romero, el tomillo, el cardo, el hisopo, el laurel, el hierro, la sal, las cruces de palma... Otros espíritus que nos podrán ayudar en estos mismos aspectos son los ancestros de la familia, que acostumbran a cuidar de sus descendientes. Trabajar una buena relación con estos aliados e incluirlos en nuestra práctica de manera habitual nos ayudará mucho a estar seguros al dar pasos adelante y exponernos a lo desconocido, porque no andaremos solos. Tendremos amigos que en muchos casos podrán percibir más ampliamente que nosotros las posibles amenazas y las vías seguras, mediar con otros espíritus, ayudarnos en momentos de urgencia y velar por nuestro bienestar. Teniendo esto en cuenta, es preferible que además, como en cualquier otra corriente mágica, dediquemos tiempo de nuestro aprendizaje a ser capaces también nosotros mismos de llevar a cabo prácticas energéticas de protección, destierro, limpieza y despojo de forma independiente al menos a un nivel básico proporcional al tipo de trabajo que hacemos.

La seguridad y la confianza en uno mismo es otra herramienta primordial tanto en la magia como en el trabajo con los espíritus del territorio. Aunque es normal estar un poco nerviosos o tener un poco de miedo en situaciones nuevas, es imprescindible sentirnos considerablemente confiados en ser capaces de enfrentarnos a los acontecimientos que puedan darse. La inseguridad y el miedo excesivo no son buenos en la interacción con los espíritus, porque nos muestran vulnerables y es mucho más probable que atraigamos a entidades afines a estas

emociones que busquen aprovecharse. Si nos sentimos de esa forma, es preferible que bajemos un poco el nivel e interactuemos de una forma menos directa o con otros espíritus más seguros, dejando que la práctica consolide poco a poco nuestra confianza y relaje el miedo hasta estar listos para dar un paso más. Lo mismo sucede con otras emociones como la tristeza o cuando nos sentimos débiles o apagados. La interacción espiritual consume mucha energía, con lo que es preferible dejarlo para otra ocasión o simplemente dedicar el día a buscar la compañía de un aliado con el que ya tengamos confianza.

Al realizar una llamada o invocación, es importante ser específicos respecto a quién estamos llamando, tanto para que los espíritus con los que queramos trabajar nos presten atención como para no mostrarnos abiertos a aquellos que no hemos llamado. A este fin es bueno que cuando ya tengamos cierta confianza, si no nos han dado un nombre para dirigirnos a ellos o no nos han quedado epítetos suyos en las fuentes históricas, decidamos algún apelativo o nombre que les defina, sea de su agrado y funcione como fórmula para llamarles acotando bien a quién nos queremos dirigir. Por ejemplo, Abuelo, Señora de la Fuente, Maestro...

En el caso de comenzar un rito o una interacción y no conseguir sentirnos bien, lo mejor es despedirse, dar las gracias de forma respetuosa, anunciar el cierre del rito y marcharse. La despedida y el cierre son importantes para que la interacción se dé por terminada y el espíritu siga su camino, y no debería ser omitida. Si nos marchamos sin hacerlo por algún motivo, tampoco hay que entrar en pánico; lo hacemos cuando lo recordemos. Si lo consideramos necesario por una mala interacción, como medida de emergencia podemos hacer un destierro en lugar de solo una despedida y cierre, aunque al ser una expulsión forzada no es algo respetuoso para el espíritu y posiblemente afecte a la relación en el caso de que queramos seguir con ella. Al alejarnos del lugar, si nuestra intuición nos lo indica, podemos ayudarnos de algún aliado o método de despojo para cortar posibles lazos y limpiar la energía residual en nosotros. Aunque podamos tener una mala interacción y nos puede venir bien hacer limpio, los casos en que en realidad lo necesitemos porque un espíritu se enganche de modo permanente a nosotros son realmente escasos si no hemos cometido alguna temeridad. Un espíritu enfadado nos echará del lugar, pero por lo general luego cada uno seguirá por su lado.

En la práctica espiritual, igual que en cualquier otro aspecto de nuestra vida, siempre va a existir un riesgo a que las cosas no salgan como esperamos. Es del todo absurdo negarlo cuando vamos a forjar un camino en el que no vamos a

tener un maestro paternal que nos enseñe dónde están todos los pasos seguros. Nos vamos a equivocar muchas veces y nos vamos a exponer a esos riesgos de forma más o menos afortunada, porque es natural e inevitable. Incluso pese a ser los más responsables, habrá cosas que no estarán en nuestra mano: una senda caminada con cautela puede ser muy segura, pero también podemos resbalar en nuestro territorio de confianza y rompernos una pierna. Aun así, el trabajo con el territorio y el trato con sus espíritus no debe temerse más que nuestra vida en general, porque no es algo ajeno a ella, es simplemente algo que hemos olvidado hacer de forma consciente. Los espíritus están a nuestro alrededor, los reconozcamos o no, y son nuestros vecinos y compañeros igual que lo son los humanos. Interactuamos con ellos en nuestro día a día sin darnos cuenta; la única diferencia será que ahora lo haremos desde el respeto y la consciencia.

En el cruce de caminos ◊ ◊ ◊ ◊ ◊ ◊

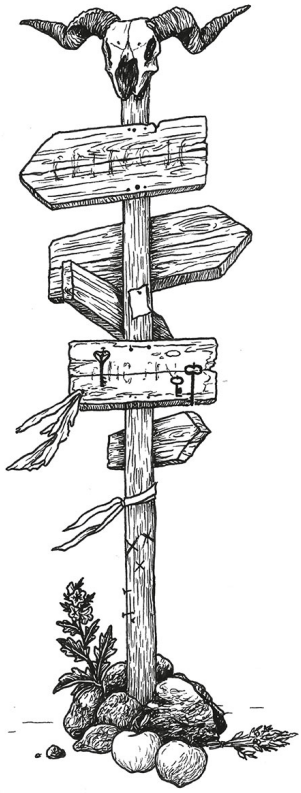
Alcanzado este punto, llega el momento de que te deje adentrar en los misteriosos senderos de tu territorio. Aunque yo no te acompañe, estoy segura de que lo harán muchos espíritus de los que podrás aprender profundamente, forjar preciosas amistades y vivir experiencias increíbles.

De este camino se podrán enriquecer muchos aspectos de nuestra vida tanto mundanos, como tener un impacto más sostenible con el medio o hacer más ejercicio, como mágicos y espirituales. El territorio es el escenario y el progenitor que crea y contiene todo lo demás, y por ello presenta infinitas conexiones con todo lo que se construye en él. La Senda del Territorio resulta de enorme valor como base o como una parte vital de muchas otras prácticas, como el curanderismo, el chamanismo, la hechicería, el herbalismo mágico o la brujería, y, de hecho, creo que es vital en aquellas corrientes que son o se inspiran en prácticas folclóricas, populares o tradicionales.

Espero que este libro sirva de guía a aquellos que deseen emprender el fascinante sendero de la tierra, y que contribuya a recuperar el respeto por la misma y a alcanzar una relación más equitativa y sana para todos. Si una sola persona que lea mis palabras encuentra en ellas el apoyo para participar activamente en este cambio, sin duda habrá valido el esfuerzo.

En este punto hemos alcanzado la encrucijada, el lugar en que dejamos atrás la realidad conocida y los espíritus abren frente a nosotros todos los caminos, preguntándose, curiosos, cuál de ellos se tomará. Aquí termina y a la vez empieza

más que nunca este viaje. Aquí nos separamos por ahora y, con mis mejores deseos, espero que el camino te sea amable y nos volvamos a encontrar.



◊ BIBLIOGRAFÍA ◊

Amades, J. (1985). *Costumari Català: Vol. IV. Estiu*. Barcelona, Salvat Editores.

Artisson, R. (2007). *El Oficio del Territorio, el Oficio del Fuego*. Disponible en: https://es.scribd.com/document/215577192/El-Oficio-Del-Territorio-El-Oficio-Del-Fuego

— (2005, 2006). *El siseo de la Serpiente: la voz del maestro que transforma*. Disponible en: https://es.scribd.com/document/384805458/El-Siseo-de-la-Serpiente

— (2004). *Letters from the Devil's Forest. Deer Isle*, Black Malkin Press.

Blázquez Martínez, J. M., García-Gelabert Pérez, M. P. (1997). «El culto a las aguas en la Hispania prerromana», en *Termalismo antiguo : I Congreso peninsular : actas*. Arnedillo (La Rioja), 3–5 octubre 1996, pp. 105-116.

Bucardo de Worms (1008-1012). *Corrector. In Decretum*.

Callejo Cabo, J. (2015). *Sabiduría Ancestral de las Plantas*. Torredonjimeno, Editorial Arcopress.

Castillo Pascual, M. J. (2000). «Las propiedades de los dioses. Los "loca sacra"», en *Iberia: Revista de la Antigüedad*, 3, pp. 83-110.

César, J. (2012). *La guerra de las Galias*. Createspace Independent Publishing Platform.

Eliade, M. (2003). *El chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis*. Fondo De Cultura Economica USA.

— (1974). *Tratado de la historia de las religiones*. Madrid, Ediciones Cristiandad.

Encrucijada Pagana (2020). *Terra: entrenamiento de reconexión con el territorio*.

Grimal, P. (1981). *Diccionario de Mitología Griega y Romana*. Barcelona, Editorial Paidós.

Gui, Bernard (1321). *Practica inquisitionis heretice pravitatis*.

Ginzburg, C. (1986). *Historia nocturna*. Barcelona, Muchnik Editores, S. A.

Herrera Valenciano, M. L. M. (2017). «Uso del ciprés como árbol funerario en Roma Antigua: Estudio comparativo entre las obras de Virgilio, Lucano, Silio Itálico, Estacio y Valerio Flaco», en *Rev. Artes y Letras*, Univ. Costa Rica XLI, pp. 67-85.

Horne, R. J. (2019). *Folk Witchcraft: A Guide to Lore, Land, and the Familiar Spirit for the Solitary Practitioner*. Moon over the Mountain Press.

Hort, sir Arthur. (1916). *Theophrastus: Enquiry into Plants and minor works on odours and weather signs*. Nueva York, G. P. Putnam.

Johnston, S. I. (1991). «Crossroads», en *Zeitschrift für Papyrologie und Epigraphik*, 88, pp. 217-224.

Junius, M. M. (1986). *Practical Handbook of Plant Alchemy*. Vermont, Inner Traditions.

Kelden (2020). *The Crooked Path: An Introduction to Traditional Witchcraft*. Woodbury, Llewellyn Publications.

Lecouteux, C. (2015). *Demons and Spirits of the Land*. Vermont, Inner Traditions.

— (2018). *The Hidden History of Elves and Dwarfs: Avatars of Invisible Realms*. Vermont, Inner Traditions.

— (2013). *The Tradition of Household Spirits. Ancestral Lore and Practices*. Vermont, Inner Traditions.

Olivares Pedreño, J. C. (2002). *Los Dioses de la Hispania Céltica*. Madrid, Real Academia de la Historia, Universidad de Alicante.

Ovidio (2021). *Metamorfosis*. Greenbooks Editore.

Paracelso (1990). *Las Plantas Mágicas. Botánica Oculta*. Barberà del Vallès, Editorial Humanitas S.L.

Pastor Muñoz, M. (1981). «El culto al dios Silvano en Hispania ¿innovación o sincretismo?», en *Memorias de historia antigua*, 5, pp. 103-114.

Pearson, N. G. (2016). *The Devil's Plantation*. Londres, Troy Books.

Reboreda Morillo, S., Castro Pérez, L. (2003–2004). «Cernunnos y sus Antecedentes Orientales», en *Anales de prehistoria y arqueología, 19-20*, pp. 143-156.

Schulke, D. A., (2017). *Thirteen Pathways of Occult Herbalism and Other Homilies on Botanical Magic*. Canadá, Three Hands Press.

— (2005). *Viridarium Umbris: The Pleasure-Garden of the Shadow*. Hercules: Xoanon Limited.

Tácito, C. C. (2010). *La Germania*. Biblioteca Virtual Universal.

Torrado Cespón, M. y Alonso Romero, F. (2015). «El rito propiciatorio de la fecundidad humana en el entorno del antiguo alcornocal de San Ramón de Bealo (Boiro, A Coruña) y otros testimonios de dendrolatría», en *Anuario brigantino*, 38, pp. 91-110.

Tours, G. (1988). *Glory of the Confessors*. Liverpool, Liverpool University Press.

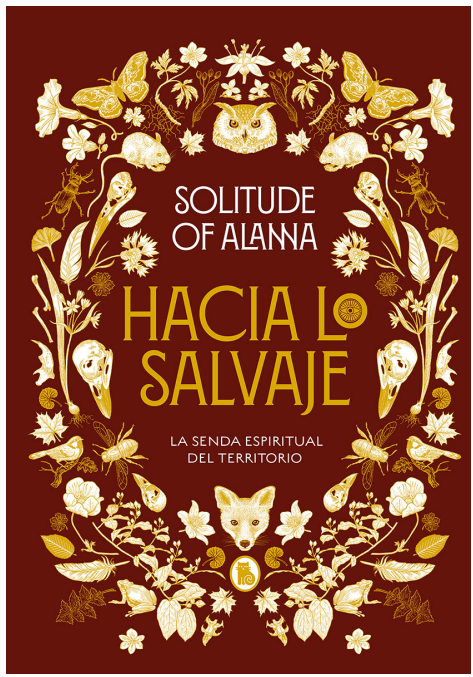
Vaudoise, M. (2019). *Honoring your Ancestors. A guide to ancestral veneration*. Woodbury, Llewellyn Publications.

Velázquez, I. (2001). «Magia y conjuros en el mundo romano: las "defixiones"», en *Codex aquilarensis. Cuadernos de investigación del Monasterio de Santa María la Real*, 17, pp. 143-162.

Villalba Babiloni, T. E. (2015). «Hécate, una diosa de los caminos», en *III Congreso Virtual sobre Historia de las Vías de Comunicación*, pp. 399-410.

Wilby, E. (2005). *Cunning Folk and Familiar Spirits. Shamanistic Visionary Traditions in Early Modern British Witchcraft and Magic*. Portland, Sussex Academic Press.

Atrévete a adentrarte en el lado salvaje de la naturaleza. Un viaje por el territorio que nos acoge, nos rodea y nos define.



Un reencuentro con la naturaleza dual: la que nos abriga y provee, y su cara opuesta, cruel y oscura. Un retorno a lo esencial, al equilibrio que rige toda existencia.

Para emprender el camino que propone este nuevo libro necesitaremos quitarnos la ropa y la piel que habitamos, impregnadas de sesgos y tabúes. Deberemos correr hacia lo salvaje, hacia las entrañas del bosque y las profundidades del mar. Allí donde no ha llegado aún la mano civilizadora del hombre y los antiguos númenes moran, poderosos y agrestes.

Cuando regresemos del viaje, quizás hayamos llegado a comprender que solo dejando atrás nuestra piel podremos llegar a ser conscientes de que estamos hechos del territorio que nos rodea. Y de que podemos construir una relación más sana, respetuosa y equitativa con el entorno, y con todos los espíritus que habitan en él.

Un recorrido por el lado salvaje de la naturaleza para comprender que esta no puede someterse al hombre, y que no existe para complacernos. Un viaje introspectivo que nos conecta con aquello que somos en esencia.

Un nuevo libro de Natalia Saldaña, Solitude of Alanna en redes, referente en espiritualidad y territorio, que ya conquistó a miles de lectores con *En mi bosque interior*.

Penguin
Random House
Grupo Editorial

Edición en formato digital: noviembre de 2021

© 2021, Natalia Saldaña Perea, por el texto y las ilustraciones
© 2021, Penguin Random House Grupo Editorial, S. A. U.
Travessera de Gràcia, 47-49. 08021 Barcelona

Diseño de portada: Penguin Random House Grupo Editorial
Ilustración de portada: © iStockphoto

Penguin Random House Grupo Editorial apoya la protección del *copyright*. El *copyright* estimula la creatividad, defiende la diversidad en el ámbito de las ideas y el conocimiento, promueve la libre expresión y favorece una cultura viva. Gracias por comprar una edición autorizada de este libro y por respetar las leyes del *copyright* al no reproducir ni distribuir ninguna parte de esta obra por ningún medio sin permiso. Al hacerlo está respaldando a los autores y permitiendo que PRHGE continúe publicando libros para todos los lectores. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, http://www.cedro.org) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra.

ISBN: 978-84-02426-36-9

Composición digital: leerendigital.com

Facebook: @penguincomicsES
Twitter: @penguincomicsES
Instagram: @penguincomicsES

«Para viajar lejos no hay mejor nave que un libro.»

EMILY DICKINSON

Gracias por tu lectura de este libro.

En **Penguinlibros.club** encontrarás las mejores recomendaciones de lectura.

Únete a nuestra comunidad y viaja con nosotros.

Penguinlibros.club

Penguin Random House Grupo Editorial

Penguinlibros

Índice

Hacia lo salvaje
1. Hacia lo salvaje
    Redescubriendo el territorio
2. La senda del territorio
    ¿Qué es el trabajo espiritual con el territorio?
    Construyendo las bases de nuestra senda
    Conectando con el territorio
3. Espíritus y aliados
    Lugares de poder
    Espíritus vegetales
    Espíritus animales
    Espíritus minerales
    Espíritus de la tierra: genii locorum y seres feéricos
    Deidades paganas, vírgenes y santos
    Muertos, los ancestros de territorio
    Precauciones en el trato con espíritus
Sobre este libro
Créditos